ALMA ITALIAN CONTENT & ENTERTAINMENT
cucina
ALICE.
SETTEMBRE 2017 - € 8,90
Buffet
FOCACCINE ALL'UVA, RISOTTO FUNGHI E MIRTILLI, POLLO AL VINO E ALTRE BONTÀ PER IL PRANZO DELLA VENDEMMIA
123 RICETTE
11 SCUOLE DI CUCINA
CRISTINA LUNARDINI
GOLOSAMENTE
TARTE TATIN
Torta rovesciata ai fichi caramellati mandorle ricotta e salsa al limone
Must di stagione
GAZPACHO DI PEPERONI, PIZZE D'AUTORE
Piaceri della carne
BISTECCA IN SALSA CHIMICHURRI, TRIPPA LUCANA RISOTTATA
Dolci
SEMIFREDDI SU STECCO, VOL-AU-VENT AL TIRAMISÙ, TORTA DI CASTAGNE E PERE CARAMELLATE, CROSTATA MELE E PANNA
ISSN 9772035103650
9 772035 103650
70009
BE € 7,50 - D € 9,00 - LUX € 7,20 - PTE CONT. € 7,50 - CH CT 9,90 CHF

# 13.000 ricette: ma restiamo umili

Superata la boa delle 13.000 ricette originali pubblicate in nove anni e mezzo (a dicembre saranno 10!), ne abbiamo ancora così tante da proporvi! Ed è proprio questa inesauribile creatività dei nostri cuochi (e della gastronomia italiana, tradizionale e contemporanea) a suscitare – un po' anche in noi – tanta meraviglia. Ma, d'altronde, non è così per ogni altra arte applicata? Quanti capolavori sono nati dalle sette note del pentagramma, o da una tavolozza di colori?! L'arte culinaria non è certo da meno: pochi ingredienti, infinite ricette. Certo, il Belpaese ha qualcosa in più, molto di più, del resto del mondo quanto a materie prime, prodotti di eccellenza e specialità: frutta, verdura, ortaggi, carni, pesci, formaggi, salumi, piatti tipici. Su una base del genere, la creatività può esprimersi senza fine! Sfogliare questo numero per credere. 123 ricette (tanto per non fare numeri), assortite per identità, tipologia e grado di difficoltà, ma sempre riproducibili in casa, con i sapori disponibili di stagione. E tutte con quel tocco in più: le salse sapientemente abbinate alle tarte tatin di Cristina Lunardini; le patate interpretate come per una verticale gastronomica di Patrizia Forlin; il menù contadino di Marco Valletta interpretato in chiave chic. Persino il recupero sapiente di rigaglie e frattaglie si declina in piatti succulenti, ma calibratissimi per gusto e sostanza. Altro grande rientro di cucina tradizionale, quello delle ricette venete, che potete godervi anche in tv, nella nuova serie autunnale di "Risi e Bisi", con le sorelle Donà ai fornelli. Le scuole di cucina, di cui molte ricette sono corredate, vi renderanno, speriamo, l'impresa più agile, in caso vogliate cimentarvi con tutte le proposte… (mediamente 4 al giorno!). Infine, gli amati dolci: colgono tutta l'essenza dei frutti di fine estate, dai raffinati semifreddi di Giulia Steffanina, alle deliziose torte e le crostate di Assunta Pecorelli, nostra nuova contributor, che ci invita a riaccendere il forno con piacere. Ma le ricette continuano…

La redazione

Foto di M. Della Pasqua

# SETTEMBRE 2017

## LA NOSTRA CUCINA

178



## LE SCUOLE DI CUCINA



15



## LE RUBRICHE



### I NOSTRI TESTIMONIAL



### I NOSTRI CONTRIBUTOR

SOMMARIO



SCOPRI LA VERSIONE TABLET

Scarica l'app gratuita di ALICE CUCINA: avrai la comodità di un magazine sempre a portata di mano e in più ricchi contenuti multimediali.

SEGUICI SU

 @AliceCucina  Alice tv  Alicecucina

Alice Cucina e Alice Tv sono presenti su tutti i social network, segui gli aggiornamenti, le ricette, i protagonisti ai fornelli su Facebook, Twitter, Youtube e Pinterest, entra nella community delle nostre cucine postando le tue foto, commentando i piatti e suggerendo i tuoi ingredienti!

**AL.MA MEDIA s.r.l.**
Sede
Via Tenuta del Cavaliere 1 - 00012 Guidonia Montecelio (RM)
tel. +39 06.89676007 fax +39 06.89676000
*alma.direzione@almamail.tv*

Direzione Commerciale e Pubblicità
via Santa Maria Valle, 3 - 20123 Milano
tel. +39 02.55410.829 fax +39 02.55410.734
*alma.pubblicita@almamail.tv*

**PRESIDENTE**
Ermanno Ruscitti

**RELAZIONI ESTERNE**
Giacomina Valenti — *alma.relazioni@almamail.tv* *giacomina.valenti@almamail.it*

**DIREZIONE EDITORIALE**
Corrado Azzolini — *alma.editoria@almamail.tv* *corrado.azzolini@almamail.it*

**DIREZIONE COMMERCIALE**
Luciano La Tona — *alma.pubblicita@almamail.tv* *luciano.latona@almamail.it*

**DIRETTORE RESPONSABILE**
Valter La Tona — *valter.latona@almamail.it*

**VICE DIRETTORE**
Giulia Macrì — *giulia.macri@almamail.it*

**CAPOREDATTORE**
Francesco Monteforte Bianchi — *francesco.monteforte@almamail.it*

**REDAZIONE**
Emanuela Bianconi — *emanuela.bianconi@almamail.it*

**SEGRETERIA DI REDAZIONE**
Marta Koral — *alma.desk.food@almamail.tv* *marta.koral@almamail.it*

**INFO LETTORI/ABBONATI** — tel. +39 06.89676007

**GRAFICA**
Francesca Ottaviano — *francesca.ottaviano@almamail.it*
Alessia Carrozzi, Valeria Moroni, Paola Piantanida

**HANNO COLLABORATO**
Angelica Amodei, Francesca Romana Barberini, Monica Bianchessi, Fausto Borella, Renato Bosco, Fabio Campoli, Norma Cariolato, Michele Chinappi, Marilda Donà, Patrizia Forlin, Giovanni Gandino, Susy Grossi, Cristina Lunardini, Guido Montaldo, Giuseppe Nocca, Daniele Persegani, Massimo Piccheri, Mattia Poggi, Martina Salza, Claudio, Lorenza e Stefania Scianna, Giulia Steffanina, Marco Valletta

**FOTO**
Alice Adams, Raffaella Caucci, Emanuela De Santis, Mauro Magagna, Tania Mattiello, Giorgia Nofrini, Ambra Orazi, Assunta Pecorelli, Virginia Repetto, Alessandro Romiti, Marie Sjöberg, Stefania Zecca

**CONCESSIONARIA**
**POSTER PUBBLICITÀ & P.R. srl**
Via Angelo Bargoni 8 - 00153 Roma
tel. +39 06.68.89.69.11 - fax +39 06.68.89.69.39
*poster@poster-pr.it*

**STAMPA**
Nuovo Istituto Italiano d'arti Grafiche S.p.a.
via Zanica, 92 - 24126 Bergamo
tel. +39 035.329.1

**DISTRIBUZIONE ITALIA**
M-DIS Distribuzione Media spa
Via C. Cazzaniga, 19 - 20132 Milano - tel. +39 02.25.821

**DISTRIBUZIONE INTERNAZIONALE**
JOHNSONS INTERNATIONAL NEWS ITALIA spa
via Valparaiso, 4 - 20144 Milano
tel. +39 02.43.98.22.63 - fax +39 02.43.91.64.30

**Numero 9 - Anno X - Settembre 2017**
Reg. Trib. Roma N° 305/2008 del 18 Settembre 2008


**FINITO DI STAMPARE AGOSTO 2017**

**SCRIVERE A:**
ALICE CUCINA
Centro Direzionale CAR - Edificio A - 1° piano
Via Tenuta del Cavaliere 1 - 00012 Guidonia Montecelio (RM)
*alma.desk.food@almamail.tv*

**SERVIZIO ARRETRATI**
Informazioni: tel. +39 039 99.91.541- fax +39 039.99.91.551
Orari: 9-13 / 14-18 dal lunedì al venerdì

## ANTIPASTI E SFIZI



## PRIMI



## SECONDI CONTORNI E PIATTI UNICI

## SECONDI CONTORNI E PIATTI UNICI



## PANE PIZZA & CO.

## PANE PIZZA & CO.

## DOLCI

## CONSERVE

## MANGIA E BEVI

## LE SCUOLE

# TUTTO AL ROVESCIO

LA FRUTTA SETTEMBRINA – FICHI *IN PRIMIS* – È LA REGINA INDISCUSSA DELLE TORTE ROVESCIATE FIRMATE CRISTINA LUNARDINI. TUTTE SERVITE CON TOPPING E SALSE DA LECCARSI I BAFFI

**a cura della redazione;**
**ricette di CRISTINA LUNARDINI**
**foto di GIORGIA NOFRINI**
**styling di ALICE ADAMS**

## *Rovesciata ai fichi mandorle e ricotta con salsa al limone*

**Ingredienti**

**500 g** di fichi (più altri per la decorazione finale)
**100 g** di zucchero; **40 g** di burro; **100 g** di mandorle già sgusciate

**per l'impasto: 2** uova; **200 g** di zucchero
**1 pizzico** di sale; **25 g** di burro; **250 g** di ricotta vaccina; **250 g** di farina; **10 g** di lievito per dolci

**per la salsa al limone: 20 g** di zucchero; **2** limoni
**10 g** di fecola di patate; **400 g** di panna fresca

**Preparazione**

**1.** Lavate i fichi, asciugateli e tagliateli a metà. Imburrate il fondo di una tortiera, facendo un piccolo strato di burro (**foto A**). Cospargete con lo zucchero, distribuendolo in modo uniforme. Sistemate i fichi nella tortiera, con la parte tagliata rivolta verso il fondo, cercando di riempire per bene il fondo (**foto B**). Spolverizzate con le mandorle tritate grossolanamente (**foto C**).

**2.** Per l'impasto: lavorate con le fruste elettriche le uova con lo zucchero e il sale. Versate il burro fuso e mescolate con una spatola, quindi unite la ricotta in tre tempi (**foto D**). Incorporate infine la farina, setacciata con il lievito. Raccogliete il composto in un sac à poche e coprite i fichi (**foto E**). Infornate a 170 °C e fate cuocere per circa 35-40 minuti. Sfornate e lasciate intiepidire.

**3.** Per la salsa: raccogliete in un pentolino 200 g di panna e la scorza dei limoni. Mettete sul fuoco e portate vicino al bollore. Quindi spegnete, coprite con la pellicola trasparente (o con un coperchio) e lasciate in infusione.

**4.** In una ciotola miscelate la fecola con lo zucchero, quindi versate la panna aromatizzata al limone e amalgamate per bene (**foto F**). Trasferite il composto in un tegame, mettete sul fuoco e fate cuocere a fiamma bassa, mescolando, fino ad addensamento. Una volta addensata, filtrate la salsa e incorporate poco per volta i restanti 200 g di panna fresca. Quando la torta si sarà leggermente intiepidita, capovolgetela e mettetela in un piatto da portata. Guarnite con spicchi di fichi freschi, velate con la salsa al limone, tagliate a fette e servite.

# *Rovesciata ai lamponi e cioccolato con salsa alla vaniglia*

**Ingredienti**

**3** cestini di lamponi
**100 g** di zucchero
**40 g** di burro

**per l'impasto**
**200 g** di cioccolato fondente
**80 g** di burro
**100 g** di farina
**3** uova; **2** tuorli
**120 g** di zucchero

**per la salsa alla vaniglia**
**350 g** di latte; **100 g** di zucchero
**150 g** di tuorli (circa 6)
**150 g** di panna fresca al 35% di massa grassa
**6 g** di bacche di vaniglia

*(preparazione a pag. 19)*

## *Rovesciata alle banane e cannella con salsa al cocco*

**Ingredienti**

**250 g** di pasta sfoglia
**6-7** banane mature
**50 g** di burro
(più altro per la tortiera)
**80 g** di zucchero
**1** limone
**1 cucchiaino** di cannella
in polvere

**per la salsa al cocco**
**200 g** di latte di cocco
**20 g** di farina di cocco

*(preparazione a pag. 19)*

# *Rovesciata alle pere e noci con salsa allo yogurt e miele*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**8** pere; **100 g** di burro
(più altro per la tortiera)
**200 g** di zucchero; **1** stecca di vaniglia
**40 g** di brandy; **150 g** di gherigli di noce

**per la pasta frolla integrale**
**200 g** di burro; **200 g** di zucchero di canna
**350 g** di farina integrale
**75 g** di farina di mandorle
**50 g** di farina di riso
**1 pizzico** di sale; **2 g** di baking
**3** uova; la scorza di **1/2** limone grattugiata

**per la salsa**
**350 g** di yogurt greco
**150 g** di panna fresca; **60 g** di miele

*(preparazione a pag. 19)*

## Rovesciata ai lamponi e cioccolato con salsa alla vaniglia

**Preparazione**
Ingredienti a pag. 16

**1.** Lavate i lamponi e asciugateli. Imburrate generosamente il fondo di una tortiera, facendo un piccolo strato di burro. Spolverizzate con lo zucchero, distribuendolo in modo uniforme, e fate caramellare in forno o direttamente sul fornello, facendo attenzione che non scurisca troppo. Una volta pronto il caramello, distribuite sopra i lamponi fino a coprire il fondo della tortiera.

**2.** Per l'impasto: fate sciogliere il cioccolato e il burro a bagnomaria. Lavorate le uova con lo zucchero in una ciotola fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Aggiungete la farina setacciata e poi il cioccolato e il burro sciolti, e mescolate per bene.

**3.** Versate il composto nella tortiera e infornate a 170 °C per circa 35 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate intiepidire. Nel frattempo preparate la salsa: lavorate i tuorli con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Portate a bollore il latte con le bacche di vaniglia, versatelo a filo sui tuorli, rimettete sul fuoco e fate cuocere fino ad arrivare alla temperatura di 85 °C. Unite la panna, mescolate e lasciate raffreddare. Filtrate la salsa e tenete da parte.

**4.** Quando la torta si sarà intiepidita, capovolgetela e mettetela in un piatto da portata. Guarnite con la salsa alla vaniglia ormai fredda e servite.

## Rovesciata alle banane e cannella con salsa al cocco

**Preparazione**
Ingredienti a pag. 17

**1.** Sbucciate le banane e tagliatele a rondelle spesse circa 2 cm. Irroratele con il succo di limone, per evitare che anneriscano. In una padella antiaderente fate sciogliere il burro, disponete le rondelle di banana e fate rosolare a fiamma vivace. Cospargete con lo zucchero e la cannella, e fate caramellare per qualche minuto.

**2.** Imburrate per bene una tortiera e disponete in modo ordinato le rondelle di banana. Stendete la pasta sfoglia e adagiatela sopra le banane. Fate un bordo, rigirando leggermente la pasta, e bucherellate con i rebbi di una forchetta. Infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 25 minuti, o comunque fino a doratura. Sfornate e fate intiepidire.

**3.** Nel frattempo preparate la salsa: versate il latte e la farina di cocco nella padella in cui avete caramellato le banane. Mettete sul fuoco e fate ridurre fino a ottenere una consistenza cremosa. Quando la torta si sarà leggermente intiepidita, capovolgetela e mettetela in un piatto da portata. Accompagnate con la salsa al cocco e servite.

## Rovesciata alle pere e noci con salsa allo yogurt e miele

**Preparazione**
Ingredienti a pag. 18

**1.** Per la pasta: raccogliete gli ingredienti in un mixer da cucina e frullate fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con la pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per circa un'ora.

**2.** Sbucciate le pere, eliminate il torsolo e tagliatene ciascuna in 8 spicchi. In una casseruola fate sciogliere il burro con lo zucchero fino a ottenere un caramello. Aggiungete i semi della stecca di vaniglia e lasciate cuocere per circa 1 minuto. Unite le pere e fatele saltare per circa 5 minuti. A metà cottura, bagnate con il brandy e lasciate sfumare.

**3.** Imburrate per bene una tortiera e sistemate all'interno le pere, disponendole a raggera. Cospargete con le noci tritate grossolanamente. Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta frolla a uno spessore di 8 mm, adagiatela sopra le pere e chiudete per bene. Infornate a 160 °C e fate cuocere per circa 25-30 minuti. Sfornate e lasciate intiepidire.

**4.** Nel frattempo preparate la salsa: semimontate la panna e poi incorporate il miele e lo yogurt. Quando la torta si sarà leggermente intiepidita, capovolgetela e mettetela in un piatto da portata. Guarnite con la salsa e servite.

# Grattugia e mangia

I FORMAGGI DA GRATTUGIA REGALANO GUSTO E SAPIDITÀ AI PIATTI DELLA TRADIZIONE EMILIANA. RIVISITATI CON LA CONSUETA CREATIVITÀ DA DANIELE PERSEGANI

a cura della redazione; ricette di DANIELE PERSEGANI
foto di GIORGIA NOFRINI; styling di ALICE ADAMS

# *Cannoli di sfoglia con cipolle rosse asiago stagionato e Grana Padano*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**1** confezione di pasta sfoglia
**2** cipolle rosse di Tropea
**200 g** di asiago stagionato
**50 g** di Grana Padano
**100 g** di ricotta asciutta
**40 g** di nocciole tostate
**2 foglie** di alloro
**1/2 bicchiere** di vino bianco
**2** tuorli
**2 cucchiai** di semi di sesamo
**40 g** di burro
sale e pepe

**Preparazione**

**1.** Sbucciate le cipolle, affettatele e fatele appassire in una padella con il burro, l'alloro e un pizzico di sale e di pepe. Bagnate con il vino, sfumate e lasciate asciugare. Spegnete e fate raffreddare. Una volta raffreddate, incorporate la ricotta, l'asiago tagliato a julienne fine, il grana grattugiato e le nocciole tostate. Regolate di sale e di pepe.

**2.** Stendete la pasta in una sfoglia abbastanza sottile. Ricavate dei rettangoli e distribuite al centro la farcia. Arrotolate la sfoglia su se stessa, lasciandola leggermente aperta ai lati per fare in modo che esca l'umidità in cottura.

**3.** Trasferite i cannoli di sfoglia in una teglia, foderata con carta forno, spennellateli con i tuorli, sbattuti, e cospargeteli con i semi di sesamo. Infornate a 190 °C e fate cuocere per circa 20-22 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate i cannelloni e serviteli tiepidi.

# *Tortino di patate zucca e Parmigiano Reggiano con cuore ai porcini e salsa al grana lodigiano e prezzemolo*

**Ingredienti**
(per 4 persone)

**500 g** di patate già lessate
**150 g** di zucca
**2** porcini
**100 g** di Parmigiano Reggiano grattugiato
**2** tuorli
**1 spicchio** di aglio
**1/2 bicchiere** di vino bianco
**250 ml** di panna fresca
**200 g** di grana lodigiano grattugiato
**1 ciuffo** di prezzemolo
pangrattato
noce moscata
**1 noce** di burro
olio extravergine di oliva
sale e pepe

**Preparazione**

**1.** Tagliate la polpa di zucca a dadini. Raccogliete la dadolata in una padella con un filo di olio, salate, pepate e fate saltare velocemente (**foto A**). Sbucciate le patate e passatele ancora calde allo schiacciapatate, raccogliendo il passato in una ciotola.
Unite il parmigiano e i tuorli, profumate con una grattugiata di noce moscata e amalgamate. Completate con la dadolata di zucca (**foto B**), regolate di sale e mescolate.

**2.** Mondate i porcini: eliminate la base con un coltellino affilato, quindi, con la stessa lama, pelate appena la parte finale dei gambi (**foto C**). Poi passateli con un foglio di carta assorbente inumidito. Affettate i porcini e fateli insaporire in una padella con un filo di olio e l'aglio schiacciato. Bagnate con il vino bianco e fate sfumare. Salate, pepate, profumate con un po' di prezzemolo tritato e proseguite la cottura finché risulteranno ben trifolati e il liquido sarà completamente assorbito (**foto D**).

**3.** Distribuite il composto alla zucca negli stampini, imburrati e spolverizzati di pangrattato, fate uno spazio al centro con un cucchiaio, aggiungete i porcini (**foto E**) e richiudete. Infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 15 minuti.

**4.** Nel frattempo versate la panna in una casseruola e fatela ridurre a fuoco vivace. Diminuite l'intensità della fiamma, unite il grana lodigiano e fatelo fondere, mescolando ogni tanto. Al termine, profumate con un po' di prezzemolo tritato (**foto F**).
Sfornate i tortini, sformateli nei piatti individuali, velateli con la salsa calda e servite.

# *Tortelli di zucca e Parmigiano Reggiano con crema di Grana Padano al rosmarino*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**per la pasta**
**400 g** di farina 00; **4** uova
**1 cucchiaio** di olio di semi

**per il ripieno**
**300 g** di zucca già pulita
**150 g** di Parmigiano Reggiano
**5** amaretti; noce moscata; sale

**per il condimento**
**250 ml** di panna fresca
**130 g** di Grana Padano stagionato
**1 rametto** di rosmarino; sale e pepe bianco

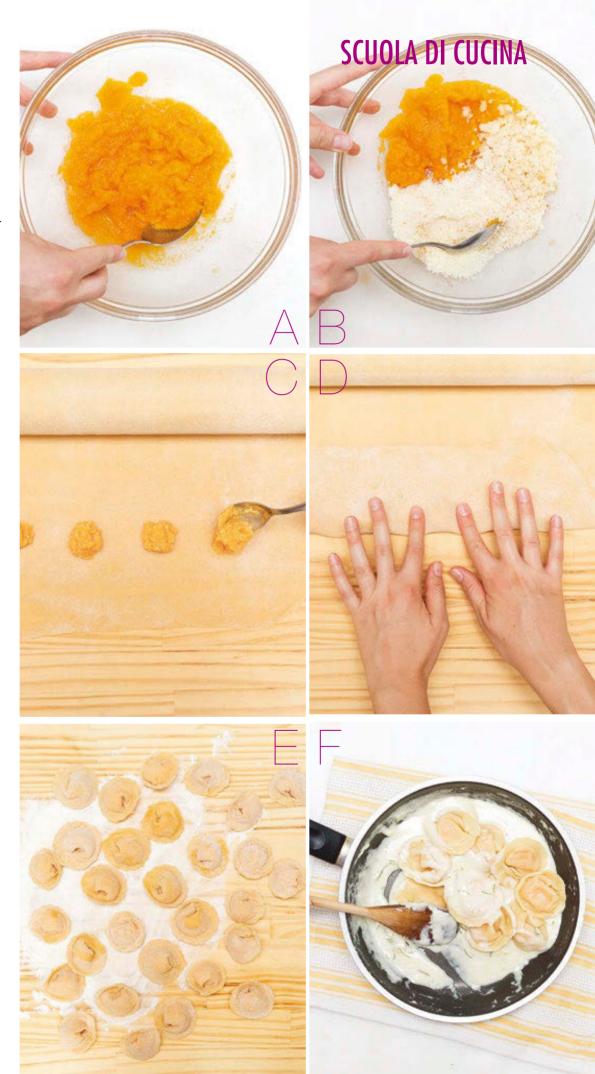
**Preparazione**

**1.** Fate la classica fontana con la farina, unite al centro le uova e l'olio di semi, e impastate fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, coprite con un foglio di pellicola trasparente e lasciate riposare per almeno 30 minuti.

**2.** Intanto tagliate la zucca a tocchetti e fatela cuocere al vapore per una decina di minuti, o comunque finché risulterà tenera. Poi passatela al passaverdura raccogliendo il passato in una ciotola (**foto A**). Unite gli amaretti sbriciolati e il parmigiano. Profumate con una grattugiata di noce moscata e mescolate per ottenere un ripieno omogeneo (**foto B**). Al termine, regolate di sale.

**3.** Stendete l'impasto in una sfoglia sottile e disponete mucchietti di ripieno a distanza regolare l'uno dall'altro (**foto C**). Ripiegate la sfoglia su sé stessa e fate uscire bene l'aria facendo pressione con la punta delle dita tutt'attorno ai mucchietti di ripieno (**foto D**). Ritagliate tante mezzelune con un coppapasta smerlato, quindi ripiegatele avvicinando le due estremità e premete per ottenere il classico tortellone (**foto E**).

**4.** Versate la panna in una casseruola, profumate un po' di rosmarino tritato e portate a bollore. Levate, filtrate, rimettete sul fuoco, unite il grana e fate fondere mescolando. Lessate i tortelli per 2 minuti in acqua bollente e salata. Scolateli in una padella con la crema preparata (**foto F**) e fate saltare per 1 minuto. Levate, profumate con una macinata di pepe bianco, guarnite con qualche ciuffetto di rosmarino e servite.

*Passatelli in fonduta di montasio con padellata di pancetta e porri*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**per i passatelli**
**150 g** di pangrattato
**300 g** di Parmigiano Reggiano grattugiato
**4** uova
**2 cucchiai** di farina
1/2 limone; noce moscata

**per la salsa**
**3** porri
**100 g** di pancetta affumicata
**100 g** di panna fresca
**50 g** di montasio
**1 noce** di burro; sale e pepe

**Preparazione**

**1.** Preparate i passatelli il giorno precedente: raccogliete in una ciotola il pangrattato, il parmigiano e la farina; unite le uova, la scorza grattugiata di limone. profumate con un pizzico di noce moscata, e impastate per bene. Coprite, trasferite in frigorifero e lasciate riposare per una notte intera.

**2.** Pulite i porri e tagliateli a becco di flauto. Tagliate a dadini la pancetta affumicata e fateli rosolare in una padella con la noce di burro. Unite i porri e fateli saltare velocemente per qualche minuto avendo cura di mantenerli croccanti; aggiungete la panna e il montasio grattugiato, e fate ridurre leggermente. Regolate di sale e profumate con una macinata di pepe.

**3.** Formate i passatelli con l'apposito attrezzo e fateli cadere direttamente in acqua bollente e salata. Una volta a galla, scolateli e distribuiteli nei piatti da portata. Nappate con la salsa e serviteli bollenti.

## *Tournedos di filettino di maiale in crema di pecorino e tartufo nero*

**Ingredienti**
(per 4 persone)

**8 fette** di filetto di suino (alte almeno 2 cm)
**16 fettine** sottili di guanciale
**2 cucchiai** di farina 00
**1 bicchiere** di vino bianco secco
**1 spicchio** di aglio
**1** tartufo nero
**100 g** di pecorino romano
**100 ml** di panna fresca
**1 noce** di burro
olio extravergine di oliva
sale e pepe

**Preparazione**

**1.** Salate le fette di filetto e poi avvolgetele con le fettine di guanciale. Infarinatele leggermente ed eliminate la farina in eccesso. Fate rosolare l'aglio in una padella con un filo di olio e una noce di burro. Frantumate qualche grano di pepe, sistemate i filetti e fateli rosolare da entrambi i lati.

**2.** Bagnate con il vino e lasciate sfumare, quindi unite la panna e qualche fettina di tartufo, e lasciate ridurre leggermente. Regolate di sale e poi spegnete il fuoco. Aggiungete il pecorino grattugiato e mantecate per bene. Distribuite i tournedos nei piatti da portata, nappate con il fondo di cottura, guarnite con le fettine di tartufo restanti e servite.

# *Arrosto di vitello con cuore di verza e provolone piccante*

**Ingredienti**
(per 4 persone)

**1 kg** di spalla di vitello
**1** verza croccante
**30 g** di uvetta passolina
**30 g** di pinoli già pelati
**1/2 bicchiere** di aceto di vino bianco
**300 g** di provolone piccante
**1** carota
**1** costa di sedano
**1** cipolla
**2 bicchieri** di vino bianco
**1 mazzetto** di erbe aromatiche
**1 spicchio** di aglio
olio extravergine di oliva
sale e pepe

**Preparazione**

**1.** Pulite la verza e tagliatela a julienne. Fate scaldare un filo di olio in una padella, unite la verza e fatela saltare a fuoco vivace sfumando a metà cottura con l'aceto. Regolate di sale e di pepe, e poi aggiungete i pinoli tostati e l'uvetta.

**2.** Aprite la carne a libretto e battetela delicatamente con un batticarne. Salate, pepate e distribuite sopra la verza saltata. Coprite con il provolone piccante, grattugiato grossolanamente. Arrotolate la carne e legatela ben stretta con dello spago da cucina.

**3.** Trasferite il rotolo in una teglia, unite gli odori, puliti e tagliati a pezzi grossolani, il mazzetto di erbe aromatiche e lo spicchio d'aglio schiacciato. Condite con un filo di olio, mettete sul fuoco e fate rosolare per bene da entrambi i lati.

**4.** Coprite con un foglio di carta alluminio e infornate a 180 °C per circa 1 ora e 15 minuti, bagnando di tanto in tanto con un goccio di vino bianco. Scoprite e proseguite la cottura per altri 20 minuti. Sfornate, lasciate intiepidire e poi tagliate a fette. Distribuite le fettine nei piatti da portata, bagnate con il fondo di cottura e servite.

# SWEET SEPTEMBER

UNA CASA IN CAMPAGNA E TANTI AMICI DA INVITARE IN UNA DOMENICA DI SETTEMBRE. IL MENU LO DETTA LA STAGIONE, GENEROSA DI SAPORI AVVOLGENTI, FUNGHI E FRUTTI ZUCCHERINI E GOLOSI

**a cura della redazione; ricette, foto e styling di STEFANIA ZECCA**

# Festa della Vendemmia x 10

✓ *Budget di spesa tra 90-110 euro**

*Sfoglie fichi e ricotta di capra con chutney d'uva*

| | |
|---|---|
| 300 g di pasta sfoglia | 3.00 € |
| 300 g di uva bianca e nera | 1.20 € |
| 5 fichi | 2.50 € |
| 1 mela | 0.60 € |
| 200 g di ricotta di bufala | 3.60 € |
| zenzero, coriandolo, pepe, uvetta, aceto di mele, timo, miele, sale | (dispensa) |

*Risotto con funghi e mirtilli*

| | |
|---|---|
| 650 g di riso Carnaroli | 2.60 € |
| 700 g di funghi misti (porcini, prataioli, finferli, champignon) | 10.50 € |
| 200 g di mirtilli | 3.60 € |
| sale, timo, pepe,olio extravergine di oliva, vino, brodo vegetale | (dispensa) |

*Focaccia con susine uva e caprino*

| | |
|---|---|
| 400 g di farina di farro integrale | 1.60 € |
| 150 g di semola di grano duro rimacinata | 0.45 € |
| 150 g di farina tipo 0 | 0.45 € |
| 250 g di caprino fresco | 4.50 € |
| 200 g di uva nera | 0.80 € |
| 12 susine | 2.00 € |
| lievito, olio extravergine di oliva, timo, malto | (dispensa) |

*Crocchette di patate e salsiccia*

| | |
|---|---|
| 800 g di patate a pasta gialla | 2.40 € |
| 300 g di salsiccia (o di pasta di salame) | 3.00 € |
| 200 g di spinaci | 0.80 € |
| 1 peperone rosso grande | 0.45 € |
| 2 cipollotti | 0.90 € |
| uvetta, olio extravergine di oliva, sale, pangrattato | (dispensa) |

*Pollo al vino con mele*

| | |
|---|---|
| 1 pollo da 2 kg (con la pelle) | 28.00 € |
| 5 mele | 3.00 € |
| 5 scalogni | 0.90 € |
| 1 l di vino bianco secco | 5.00 € |
| sale, timo, salvia, rosmarino, pepe, ginepro | (dispensa) |

*Torta al vino passito con more e mandorle*

| | |
|---|---|
| 150 g di farina tipo 1 | 0.45 € |
| 130 g di mandorle già sgusciate | 2.60 € |
| 140 ml di vino passito liquoroso | 1.40 € |
| 2 uova | 0.72 € |
| 200 g di more | 4.00 € |
| lievito, cannella, olio extravergine, sale | (dispensa) |

✓ *E se siamo di più?*

| | *per 15* | *per 20* |
|---|---|---|
| Sfoglie fichi e ricotta | x 1,5 | x 2 |
| Risotto con funghi e mirtilli | x 1,5 | x 2 |
| Focaccia susine uva e caprino | x 1,5 | uguale |
| Crocchette di patate e salsiccia | x 2 | x 2 |
| Pollo al vino | x 1,5 | uguale |
| Torta al vino e more | x 2 | uguale |

* I prezzi sono indicativi, variano da Nord a Sud e in base alle scorte della dispensa di ciascuno

# *Sfoglie fichi e ricotta di capra con chutney d'uva*

**Ingredienti** (per 10 sfogliatine)

**300 g** di pasta sfoglia rettangolare
**200 g** di ricotta di capra
**5** fichi
**10** rametti di timo
miele delicato (acacia, millefiori…)
sale marino integrale

**per il chutney d'uva**
**300 g** di uva bianca e nera
**1** mela grattugiata
**50 ml** di aceto di mele
**30 g** di uvetta
**30 g** di zucchero di canna integrale
**1 cucchiaino da caffè** di zenzero fresco tritato
**1 cucchiaino da caffè** di grani di pepe e di coriandolo macinati

*(preparazione a pag. 35)*

# *Risotto con funghi e mirtilli*

**Ingredienti** (per 10 persone)

**650 g** di riso Carnaroli
**700 g** di funghi misti (porcini, prataioli, finferli e champignon)
**200 g** di mirtilli
**2** spicchi di aglio
**1 bicchiere** di vino bianco secco
**2 l** di brodo vegetale
**4 cucchiai** di parmigiano
**1** rametto di timo
burro
olio extravergine di oliva
sale marino integrale e pepe

*(preparazione a pag. 35)*

# Focaccia con susine uva e caprino

**Ingredienti** (per 10 persone)

**per l'impasto**
**400 g** di farina di farro integrale
**150 g** di semola di grano duro rimacinata
**150 g** di farina tipo 0
**400-430 g** di acqua a temperatura ambiente
**10 g** di lievito di birra secco naturale (o 15 di quello fresco)
**1 cucchiaio** di malto (oppure di miele)
**5 g** di sale marino integrale
olio extravergine di oliva

**per la farcitura**
**250 g** di caprino fresco
**200 g** di uva nera
**12** susine
**8** rametti di timo
olio extravergine di oliva
sale marino integrale

*(preparazione a pag. 35)*

PER UN TOCCO PIÙ FRESCO POTETE AGGIUNGERE IL FORMAGGIO A FINE COTTURA.

## *Sfoglie fichi e ricotta di capra con chutney d'uva*

**Preparazione**
Ingredienti a pag. 32

**1.** Per il chutney: lavate gli acini d'uva, tagliateli a metà, privateli dei semi e raccoglieteli in una casseruola insieme agli altri ingredienti. Mettete sul fuoco e fate sobbollire per circa 20 minuti, mescolando con frequenza, finché il liquido si sarà ridotto e avrete ottenuto la giusta consistenza. Spegnete e fate raffreddare.

**2.** Stendete la pasta sfoglia e ricavate 10 rettangoli. Trasferiteli in una teglia, foderata con carta forno, e distribuite sopra la ricotta, il timo e i fichi, tagliati a fette, lasciando un bordo di circa 1 cm. Spolverizzate con un pizzico di sale e infornate a 190 °C per circa 15 minuti, o comunque finché le sfogliatine saranno ben dorate.

**3.** Trascorso il tempo di cottura, sfornate le sfogliatine e irroratele con il miele a filo. Accompagnatele con il chutney d'uva e servitele ben calde.

## *Risotto con funghi e mirtilli*

**Preparazione**
Ingredienti a pag. 33

**1.** In una padella fate rosolare l'aglio con 3 cucchiai di olio, 30 g di burro e il timo. Unite i funghi, puliti e tagliati a fettine, e fateli saltare per 3-4 minuti. Aggiungete i mirtilli e lasciate cuocere ancora per 1 minuto. Regolate di sale e di pepe, spegnete, eliminate l'aglio e tenete da parte.

**2.** In una casseruola fate scaldare 3 cucchiai di olio; aggiungete il riso e tostatelo mescolando bene per non farlo attaccare. Versate il vino e lasciate sfumare. Bagnate con un mestolo di brodo bollente e portate a cottura il riso aggiungendo altro brodo man mano che viene assorbito.

**3.** Quando mancano 3 minuti a fine cottura, regolate di sale, abbassate il fuoco al minimo e aggiungete i funghi e i mirtilli. Spegnete, mantecate con il parmigiano e 30 g di burro, e lasciate riposare per 1 minuto. Distribuite nei piatti da portata, guarnite con le foglioline di timo e servite.

## *Focaccia con susine uva e caprino*

**Preparazione**
Ingredienti a pag. 34

**1.** Per l'impasto: raccogliete le farine in una ciotola capiente. Unite il sale e il lievito, miscelate e fate la classica fontana. Versate al centro e poco per volta il malto e l'acqua, e impastate fino a ottenere un composto omogeneo. Formate un panetto e ungetelo con un filo d'olio. Copritelo con la ciotola e fate lievitare per 2 ore in un posto lontano da correnti d'aria.

**2.** Trascorso il tempo di lievitazione, sgonfiate delicatamente l'impasto e lavoratelo brevemente lasciandolo nella ciotola. Coprite e fate lievitare per altre 2 ore. Lavate la frutta, tagliate a fettine le susine e dividete gli acini d'uva a metà.

**3.** Stendete l'impasto in 2 teglie per pizza da 30-34 cm, leggermente unte di olio. Distribuite sopra il caprino, sbriciolato, i rametti di timo, le fettine di susina e gli acini d'uva. Coprite e lasciate riposare ancora per un'ora. Spolverizzate le focacce con un pizzico di sale e conditele con un filo di olio. Infornate a 220 °C e fate cuocere per 10 minuti, quindi abbassate a 200 °C e proseguite la cottura fino a quando le focacce saranno ben gonfie e dorate (circa 15-18 minuti). Sfornate e servite.

## *Crocchette al forno di patate salsiccia e spinaci con crema di peperone*

**Ingredienti** (per 10 persone)

**per le crocchette**
**800 g** di patate a pasta gialla
**300 g** di salsiccia (o di pasta di salame)
**200 g** di spinaci già lessati
**100 g** di pangrattato
olio extravergine di oliva
sale marino integrale

**per la crema di peperone**
**1** peperone rosso grande; **2** cipollotti
**1** cucchiaio di uvetta
olio extravergine di oliva
sale marino integrale

**vi serve inoltre**
pangrattato

*(preparazione a pag. 39)*

# *Pollo al vino con mele ed erbe aromatiche*

**Ingredienti** (per 10 persone)

**1** pollo da circa 2 kg tagliato a pezzi (con la pelle)
**5** mele; **5** scalogni
**1 l** di vino bianco secco
**1 mazzetto** di erbe aromatiche miste (timo, salvia e rosmarino)
**1 cucchiaino da caffè** di bacche di ginepro
**1 cucchiaino da caffè** di grani di pepe in bacche miste
olio extravergine di oliva
sale marino integrale

*(preparazione a pag. 39)*

*POTETE ACCOMPAGNARE IL POLLO CON PATATE AL SALTO OPPURE BOLLITE E CONDITE CON PREZZEMOLO TRITATO AL MOMENTO.*

# *Torta al vino passito con more e mandorle*

**Ingredienti** (per 10 persone)

**150 g** di farina tipo 1
**130 g** di mandorle già pelate
**140 ml** di vino passito liquoroso
**100 g** di sciroppo d'acero
**70 g** di olio di vinaccioli o di mais
**2** uova; **12 g** di lievito per dolci
**1 cucchiaino da caffè** di cannella in polvere; **1** pizzico di sale
**200 g** di more

**vi servono inoltre**
burro; farina

*(preparazione a pag. 39)*

## *Crocchette al forno di patate salsiccia e spinaci con crema di peperone*

**Preparazione**
Ingredienti a pag. 36

1. Lavate le patate e lessatele in acqua leggermente salata. Scolatele, sbucciatele e schiacciatele con uno schiacciapatate fino a ridurle in purea. Raccoglietela in una ciotola, aggiungete un pizzico di sale e la salsiccia, spellata e sbriciolata, e amalgamate con cura. Incorporate gli spinaci, ben strizzati e tritati, e il pangrattato, poco per volta, fino a ottenere un impasto consistente ma morbido. Mettete in frigo per un'oretta.

2. In una casseruola fate stufare i cipollotti, tritati, con 2 cucchiai di olio. Unite il peperone, mondato e tagliato a pezzetti, e l'uvetta; regolate di sale, bagnate con 1 cucchiaio d'acqua, incoperchiate e fate cuocere per 6-7 minuti. Frullate le verdure fino a ridurle in crema.

3. Formate delle crocchette con l'impasto e passatele nel pangrattato. Sistematele in una teglia, foderata con carta forno, e spennellatele con un filo di olio. Infornate a 180 °C e fate cuocere per 18-20 minuti o finché le crocchette saranno ben dorate (a metà cottura, rigiratele una volta).

4. Trascorso il tempo di cottura, sfornate le crocchette e distribuitele nei piatti da portata. Accompagnate con la crema di peperone e servite.

## *Pollo al vino con mele ed erbe aromatiche*

**Preparazione**
Ingredienti a pag. 37

1. In una pentola trasferite il vino, gli scalogni, le bacche di ginepro e i grani di pepe. Mettete sul fuoco e lasciate sobbollire per circa 8 minuti. Spegnete e tenete da parte.

2. Lavate accuratamente il pollo e asciugatelo con carta assorbente da cucina. Fate scaldare 2 cucchiai di olio in una casseruola da forno, sistemate i pezzi di pollo e fateli rosolare bene per 4-5 minuti, rigirandoli con frequenza.

3. Versate il vino, aggiungete gli scalogni e il mazzetto di erbe aromatiche, e infornate a 180 °C per circa 45-50 minuti o finché la carne sarà tenera (ogni 12-15 minuti irrorate il pollo con il suo fondo di cottura).

4. A metà cottura, aggiungete le mele, lavate e tagliate in quarti, regolate di sale e proseguite la cottura in forno. Sfornate, portate in tavola e servite.

## *Torta al vino passito con more e mandorle*

**Preparazione**
Ingredienti a pag. 38

1. Trasferite in un pentolino il vino e lo sciroppo d'acero. Mettete sul fuoco e fate cuocere a fiamma dolce per 5-6 minuti mescolando di tanto in tanto. Spegnete e lasciate raffreddare.

2. Tritate finemente le mandorle con un mixer da cucina fino a ridurle in farina. Raccoglietela in una ciotola, unite la farina, il lievito, il sale e la cannella, e mescolate per bene con una spatola. In un'altra ciotola sbattete le uova e l'olio con una frusta; aggiungete la miscela di vino e sciroppo d'acero, versate gli ingredienti liquidi in quelli secchi e amalgamate con cura.

3. Versate il composto in uno stampo da 24 cm di diametro, imburrato e infarinato, e distribuite all'interno le more (tenetene da parte qualcuna per la decorazione finale). Infornate a 175 °C e fate cuocere per circa 35-40 minuti o finché la torta sarà ben dorata (per verificare la cottura, fate comunque la prova stecchino).

4. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate intiepidire. Quindi sformate, guarnite con le more tenute da parte, tagliate a fette e servite.

# IL GUSTO DEL BOSCO

MARCO VALLETTA TRAE ISPIRAZIONE DALLE RICETTE DI FAMIGLIA E DA QUELLE DELLA TRADIZIONE ITALIANA PER CREARE UN MENU GOLOSO E RAFFINATO. CON GLI INGREDIENTI DEL BOSCO SETTEMBRINO

**ricette di MARCO VALLETTA
foto di GIORGIA NOFRINI e styling
di ALICE ADAMS - testi di GIULIA MACRÌ**

### Puliti in 4 mosse

✓ *Pulite i funghi freschi con uno spazzolino, a secco, e spuntate con un coltellino la radice del gambo.*
✓ *Separate gambo e cappello.*
✓ *Specialmente se il fungo è di taglia grande, raschiate delicatamente il cappello inferiormente, asportando un po' di spugnola, e superiormente.*
✓ *Passate un panno o della carta assorbente inumiditi per ripulire gambo e cappello.*

## *Colazione del pastore*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**600 g** di porcini
**100 g** di porro
**20 g** di prezzemolo
**200 g** di fontina
**1/2 l** di latte di capra
**300 g** di brodo vegetale
**40 g** di farina di mais gialla
**40 g** di farina di mais bianca
**20 g** di semolino
**60 g** di burro (o lardo)
**60 g** di Grana Padano
sale e pepe

**Preparazione**

**1.** Pulite i funghi e tagliateli a fettine. Tritate il porro e fatelo rosolare in una padella (preferibilmente di rame stagnato) con la metà del burro. Unite i porcini e fateli trifolare a fiamma vivace per una decina di minuti (non asciugate troppo il fondo). Regolate di sale e di pepe, e profumate con il prezzemolo tritato.

**2.** Distribuite i funghi con la loro acqua di cottura in una pirofila e poi cospargete con la fontina a dadini. Portate a bollore il latte con il brodo in una casseruola dai bordi alti. Versate a pioggia le farine, mescolate per bene con una frusta e fate cuocere per almeno 20 minuti a fuoco basso. Spegnete e mantecate con il burro restante e la metà del grana grattugiato.

**3.** Versate la polenta nella pirofila e spolverizzate con il grana restante. Infornate a 200 °C e fate gratinare per circa 15 minuti. Sfornate e servite.

## Pasticcio di pasta all'uovo con capriolo porcini e crema di topinambur

**Ingredienti** (per 4 persone)

**250 g** di pasta all'uovo in sfoglie sottili
**300 g** di lombo di capriolo
**400 g** di porcini
**2 g** di prezzemolo tritato
**80 g** di Grana Padano grattugiato; **100 g** di scalogno
**300 g** di topinambur
**2,5 dl** di brodo vegetale
**1** spicchio di aglio; **40 g** di burro; olio extravergine di oliva; sale e pepe

**per la marinatura**
**100 g** di scalogno a dadini
**25 g** di sedano a dadini
**25 g** di carota a dadini
**2** foglie di salvia
**1** rametto di rosmarino
**1** foglia di alloro
**5** grani di pepe schiacciati
**2** chiodi di garofano
**1/2** stecca di cannella
**2 dl** di vino rosso

**per la guarnizione**
**12** cappelle di porcini già grigliate

**Preparazione**

**1.** Mettete il lombo di capriolo in una terrina, unite tutti gli ingredienti per la marinatura, versate il vino e fate riposare per almeno 3 ore. Trascorso il tempo di riposo, scolate gli odori della marinatura e fateli rosolare in una padella con un filo di olio. Aggiungete la carne, tagliata a dadini, salate, pepate e portate a cottura bagnando di tanto in tanto con il vino della marinatura, filtrato.

**2.** Fate rosolare l'aglio in una padella con un filo di olio; unite i porcini, tagliati a fettine, e fateli trifolare per una decina di minuti. Regolate di sale e di pepe, e profumate con il prezzemolo tritato. Sbollentate le sfoglie di pasta in acqua bollente e salata, quindi scolatele e fatele raffreddare. Imburrate una pirofila e sistemate uno strato di pasta, uno di porcini e uno di ragù di capriolo. Cospargete con il grana grattugiato e proseguite a realizzare gli strati fino a esaurimento degli ingredienti. Terminate con il grana, irrorate con abbondante burro fuso e infornate a 190 °C per circa 15-18 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e fate raffreddare.

**3.** Fate rosolare lo scalogno, tritato, in una casseruola con un filo di olio; unite il topinambur, sbucciato e tagliato a tocchetti, salate, pepate, coprite con il brodo e portate a cottura. Frullate con un mixer a immersione. Distribuite la crema nei piatti da portata e adagiate al centro una porzione di lasagna. Guarnite con qualche cappella di porcino e servite.

# Saccottini di crespelle ai porcini e ricotta con aroma di rosmarino

**Ingredienti** (per 4 persone)

**per le crespelle**
**250 ml** di latte
**100 g** di farina; **2** uova
olio extravergine di oliva; sale

**per il ripieno**
**400 g** di porcini
**100 g** di ricotta misto pecora
**20 g** di Grana Padano
**2 g** di rosmarino tritato
**3 g** di aglio
olio extravergine di oliva; sale

**vi servono inoltre**
**250 ml** di latte
**100 g** di Grana Padano
**5 g** di maizena; burro
qualche foglia di porro

**Preparazione**

**1.** Per le crespelle: mescolate la farina con il latte in una ciotola; unite le uova, leggermente sbattute, 1 cucchiaio di olio e un pizzico di sale, e amalgamate per bene. Coprite e lasciate riposare per almeno un'ora. Trascorso questo tempo, ungete un padellino da 14 cm di diametro e mettete sul fuoco. Quando è caldo, versate la pastella necessaria a coprire il fondo e fate dorare da un lato. Capovolgete la crespella e fatela cuocere anche dall'altro lato. Levate e proseguite a realizzare le altre crespelle fino a esaurimento della pastella.

**2.** Pulite i funghi e fateli a fettine. Fate rosolare l'aglio in una padella con un filo di olio e un po' di rosmarino tritato; unite i funghi e fateli trifolare a fuoco vivace, fino a quando il fondo di cottura non sarà ben asciutto.

**3.** Trasferite i funghi caldi in una terrina, unite la ricotta, il grana grattugiato, il rosmarino restante e un pizzico di sale, e amalgamate per bene. Distribuite il ripieno al centro delle crespelle e poi chiudetele a saccottino legandole con una strisciolina di porro, sbianchita in acqua bollente.

**4.** Trasferite i saccottini in una pirofila e irrorateli con il burro fuso. Infornate a 200 °C e fate cuocere per circa 10 minuti.

**5.** Nel frattempo preparate la salsa: raccogliete il latte, il grana grattugiato, 20 g di burro e la maizena in un pentolino, mettete sul fuoco e fate scaldare fino a 70 °C. Quindi emulsionate con un mixer a immersione. Distribuite i saccottini nei piatti da portata, velateli con la salsa al grana e servite.

## Preparazione

**1.** Tagliate le cosce di lepre a dadini. Raccoglieteli in una terrina, unite gli odori, tagliati a brunoise, il mazzetto di aromi e le spezie. Versate la metà del vino e lasciate marinare in frigorifero per almeno 6 ore. Trascorso questo tempo, prelevate le verdure e fatele rosolare in una padella con un filo di olio; unite i dadini di lepre, cosparsi con poco cacao amaro, e regolate di sale e di pepe. Bagnate con il vino della marinatura, filtrato, e portate a cottura a fuoco dolce. A 10 minuti dal termine, aggiungete il concentrato di pomodoro.

**2.** Imburrate una padella antiaderente, sistemate le fette di polenta e fatele scottare da entrambi i lati. Cospargete con il parmigiano grattugiato e tenete da parte. Pulite i finferli e fateli saltare in una padella con un filo di olio e l'aglio schiacciato (se necessario, bagnate con un goccio di brodo). Salate, pepate e profumate con il prezzemolo tritato.

**3.** Fate cuocere i mirtilli in una padella con il burro e il vino restanti, fino a ottenere una salsa della giusta consistenza. Distribuite lo spezzatino nei piatti da portata. Completate con qualche fettina di polenta e i funghi caldi, irrorate con la salsa di mirtilli e servite.

# *Brasato di lepre con finferli e mirtilli*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**800 g** di cosce di lepre
**250 g** di finferli
**60 g** di scalogno
**30 g** di carote
**30 g** di sedano
**1** mazzetto di erbe aromatiche (prezzemolo, rosmarino, alloro e salvia)
**10 g** di prezzemolo tritato
**200 g** di vino bianco passito
**2** chiodi di garofano
**3 g** di cannella
**80 g** di mirtilli
**1** spicchio di aglio
**20 g** di concentrato di pomodoro
**60 g** di burro
**300 g** di polenta a fette
**20 g** di Parmigiano Reggiano grattugiato
**20 g** di cacao amaro in polvere
brodo
olio extravergine di oliva
sale e pepe

# *Quiche con porcini e ricotta misto pecora*

**Ingredienti** (per 4-6 persone)

**per la pasta**
**150 g** di farina tipo 1
**75 g** di burro
**40 g** di acqua
sale e pepe bianco

**per il ripieno**
**400 g** di porcini
**250 g** di ricotta misto pecora
**250 g** di latte
**3** uova
**1** spicchio di aglio
**10 g** di prezzemolo
olio extravergine di oliva
sale e pepe

**Preparazione**

**1.** Per la pasta: fate la classica fontana con la farina, unite al centro il burro, l'acqua a filo e un pizzico di sale e di pepe, e lavorate velocemente fino a ottenere un impasto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgetela nella pellicola trasparente e fate riposare per circa mezz'ora in frigorifero.

**2.** Private i funghi della radice, puliteli con un foglio di carta assorbente umido e tagliateli a fettine. Fate rosolare l'aglio in una padella con un filo di olio; unite i funghi e fateli trifolare a fuoco vivace, fino a quando il fondo di cottura non sarà ben asciutto. Regolate di sale e di pepe, e profumate con il prezzemolo.

**3.** Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta e foderate uno stampo da 22 cm di diametro. Distribuite sopra i funghi. Lavorate con una frusta la ricotta, le uova e il latte fino a ottenere una crema liscia. Regolate di sale e di pepe.

**4.** Versate la crema ottenuta sopra i funghi, livellate per bene e infornate a 190 °C per circa 30 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate, lasciate intiepidire, sformate e servite, tagliata a fette.

# Scrigno di sfoglia con lamponi

**Ingredienti** (per 4 persone)

**460 g** di pasta sfoglia; **300 g** di ricotta di pecora
**300 g** di lamponi; **70 g** di zucchero
**40 g** di mandorle in scaglie
**2 g** di scorza di agrumi; **20 g** di zucchero a velo

**Preparazione**

**1.** Con un matterello stendete la sfoglia a uno spessore di circa 3-4 mm. Ricavate dei dischi regolari e ritagliateli dandogli la forma di una mela. Coprite e fate riposare in un luogo fresco per almeno 25 minuti. Infornate in forno ventilato a 200 °C e fate cuocere per circa 15 minuti (se la sfoglia dovesse scurirsi troppo, abbassate la temperatura a 180 °C).

**2.** Trascorso il tempo di cottura, sfornate le sfogliatine e lasciatele intiepidire. Lavorate la ricotta con lo zucchero e la scorza degli agrumi grattugiata. Raccogliete la crema di ricotta in un sac à poche e distribuitene uno strato su metà sfogliatine. Adagiate sopra i lamponi e coprite con un altro strato di crema e qualche mandorla in scaglie.

**3.** Coprite con le sfogliatine restanti e spolverizzate con un po' di zucchero a velo. Guarnite la superficie con altri lamponi e servite.

# CHEESE SIAMO!

GRUYÈRE, PROVOLA, TOMA E PIAVE DANNO IL LA ALLE PRELIBATEZZE DI QUESTE PAGINE. TRA SUGGESTIONI FUSION E FORME SORPRENDENTI QUATTRO RICETTE IDEALI PER PORTARE IN TAVOLA IL BUONUMORE. E ALLORA? DITE "CHEESE" E... BUON APPETITO!

**a cura della redazione - ricette, foto e styling di AMBRA ORAZI**

*Empanadas piccanti al gruyère*
(pag. 50)

Provola in carrozza sullo stecco
(pag. 50)

## *Empanadas piccanti al gruyère*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**per la pasta**
**250 g** di farina (più altra per spolverizzare)
**1/2 bicchiere** circa di acqua tiepida
**2 cucchiai** di olio extravergine di oliva
**1/2 cucchiaino** di sale

**per il ripieno**
**150 g** di gruyère
**1-2** peperoncini rossi freschi (a seconda del grado di piccantezza)
**1/2** cipolla rossa
**1 spicchio** di aglio
olio extravergine di oliva
sale

**vi serve inoltre**
olio di semi di arachide

Foto di E. De Santis

**Preparazione**

**1.** Per la pasta: setacciate la farina e raccoglietela in una ciotola. Fate la classica fontana, unite al centro l'olio e il sale, e iniziate a impastare. Versate a filo l'acqua tiepida e proseguite a lavorare fino a ottenere un composto liscio ed elastico. Formate una palla, avvolgetela nella pellicola trasparente e fate riposare per circa 1 ora.

**2.** Per il ripieno: tritate finemente la cipolla e il peperoncino. Fateli rosolare in una padella con un filo di olio e lo spicchio di aglio, schiacciato, a fiamma alta. Quando il tutto sarà ben cotto e dorato, regolate di sale, spegnete e lasciate raffreddare. Tritate grossolanamente il formaggio e tenetelo da parte.

**3.** Stendete la pasta delle empanadas su un piano, leggermente infarinato, a uno spessore di circa 2 mm. Con un coppapasta tondo (da circa 7 cm di diametro) ricavate tanti dischetti (ne otterrete circa 15) e farciteli generosamente con un po' di soffritto di cipolla e del gruyère. Spennellate i bordi con un goccio di acqua, chiudete i dischetti e sigillate per bene con i rebbi di una forchetta.

**4.** Friggete le empanadas in abbondante olio di semi ben caldo. Quando saranno ben dorate, scolatele e fatele asciugare su carta assorbente da cucina. Servitele ben calde.

## *Provola in carrozza sullo stecco*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**8 fette** sottili di provola affumicata
**8 fette** di pancarrè
**4 filetti** di alici sott'olio
**3** uova
**1 bicchiere** di latte
pangrattato
olio di semi di arachide
sale

**Preparazione**

**1.** Tagliate i bordi delle fette del pancarrè fino a ottenere 8 rettangoli tutti uguali e non troppo grandi (se fossero troppo grandi, diventerebbero pesanti e non rimarrebbero sullo stecco). Farcite 2 rettangoli di pane con 2 fette di provola affumicata e 1 filetto di alice al centro. Premete bene i sandwich ottenuti per sigillare i bordi.

**2.** Rompete le uova in una ciotola, salate e sbattete con una forchetta. Passate velocemente i sandwich nel latte, poi nelle uova sbattute e infine nel pangrattato. Quindi ripassate nuovamente nelle uova e nel pangrattato.

**3.** Friggete i sandwich in abbondante olio di semi ben caldo. Quando saranno ben dorati, scolateli e fateli asciugare su carta assorbente da cucina. Salateli e infilzateli delicatamente con lo stecco. Serviteli ben caldi.

# *Scones alle erbe aromatiche con spuma di toma*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**per gli scones**
**225 g** di farina (più altra per spolverizzare)
**150 ml** di latte; **50 g** di burro
**70 g** di toma grattugiata
**2 cucchiai** di erbe aromatiche tritate (timo, maggiorana, rosmarino)
**3 cucchiaini** di lievito istantaneo
sale

**per la spuma**
**50 g** di toma
**200 g** di ricotta vaccina
**200 ml** di panna fresca
**4 g** di gelatina in fogli
sale e pepe

**per la decorazione**
**1 ciuffo** di timo e maggiorana

**Preparazione**

**1.** Per gli scones: lavorate il burro, ben freddo e tagliato a cubetti, con la farina, il lievito e un pizzico di sale fino a ottenere un composto bricioloso. Unite la toma, le erbe aromatiche e il latte, e proseguite a lavorare fino a ottenere un composto omogeneo. Stendetelo su un piano, leggermente infarinato, a uno spessore di circa 2 cm.

**2.** Con l'aiuto di un coppapasta tondo ricavate tanti dischetti e trasferiteli in una teglia, foderata con carta forno. Infornate a 200 °C e fate cuocere per circa 12-15 minuti finché gli scones non saranno ben cotti e dorati. Sfornateli e lasciateli raffreddare.

**3.** Per la spuma: mettete i fogli di gelatina in ammollo in acqua fredda per una decina di minuti. Fate fondere la toma, tagliata a cubetti, con 80 g di panna (se dovesse essere troppo granulosa, frullate con un mixer a immersione). Incorporate i fogli di gelatina, ben strizzati, e fate intiepidire. Lavorate la ricotta con una forchetta e unitevi la fonduta di toma e il resto della panna, ben montata. Regolate di sale e di pepe. Mettete in frigorifero per almeno un'ora.

**4.** Tagliate gli scones a metà e farciteli con la spuma preparata. Decorate a piacere con foglioline di timo e maggiorana, e servite.

# *Minisoufflé al piave vecchio con salsa di funghi e speck*

**Ingredienti (per 4 persone)**

**per i minisoufflé**
**70 g** di piave vecchio grattugiato
**100 ml** di panna fresca
**1 cucchiaio raso** di maizena
**2** uova medie a temperatura ambiente
**1** limone
(più altro per spolverizzare)
germogli alfa alfa
pangrattato
burro
sale e pepe

**per la salsa**
**150 g** di champignon
**2 fette** di speck
**1** scalogno
qualche rametto di timo
latte
olio extravergine di oliva
sale e pepe

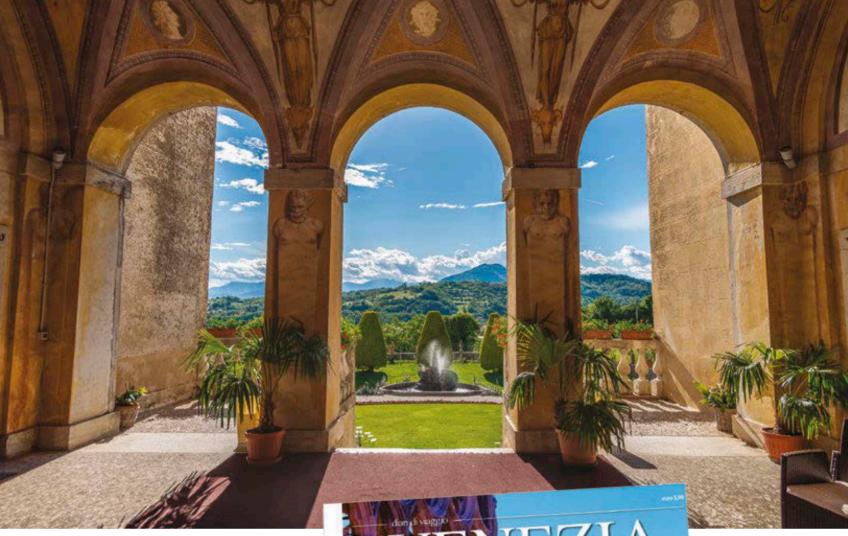
**Preparazione**

**1.** Per la salsa: pulite i funghi e tagliateli a fettine. Sbucciate lo scalogno, tritatelo finemente e fatelo soffriggere in una padella con un filo di olio; unite i funghi, profumate con qualche rametto di timo e fateli saltare a fiamma vivace per qualche minuto. Aggiungete lo speck e lasciate insaporire finché i funghi non saranno teneri. Regolate di sale e di pepe, eliminate il timo e trasferite il tutto nel bicchiere di un mixer da cucina. Condite con 1 cucchiaio di olio e frullate versando a filo il latte tiepido necessario a ottenere la giusta consistenza.

**2.** Per i minisoufflé: imburrate per bene gli stampini, cospargeteli con un po' di pangrattato e trasferiteli in freezer. Stemperate la maizena in poca panna. Portate a bollore la panna restante, unite la maizena stemperata e fate cuocere, mescolando con una frusta, fino a ottenere una crema densa. Spegnete e lasciate intiepidire.

**3.** Incorporate i tuorli, mettendone uno alla volta, e poi il formaggio grattugiato. Montate a neve gli albumi con qualche goccia di succo di limone, e uniteli al composto mescolando delicatamente e con movimenti dall'alto verso il basso. Regolate di sale e di pepe.

**4.** Versate il composto negli stampini, riempiendoli per i due terzi, cospargete con 1 cucchiaio di formaggio grattugiato e infornate a 200 °C per circa 15-18 minuti, finché i soufflé non saranno ben gonfi e dorati. Spegnete e lasciate riposare i soufflé nel forno per un paio di minuti. Sfornateli, guarnite la superficie con dei germogli e servite accompagnando con la salsa ben calda.

Uno scorcio della palladiana **Villa Godi,** a **Lugo di Vicenza**

## VENEZIA E VENETO

È in edicola Venezia e Veneto, il volume della collana "Diari di Viaggio - I Quaderni". Una guida completa e aggiornata con tutto il meglio della città lagunare e della regione: i **must** da non perdere, gli angoli da scoprire e tanti itinerari. I consigli per **dormire**, dagli **hotel** di lusso ai B&B di charme; i **ristoranti** tipici e le **specialità**; i negozi e gli **artigiani**; i **locali** per divertirsi. Una guida ricchissima di **indirizzi**, **informazioni** pratiche, **cartine**, e tante splendide **fotografie**.

# IN EDICOLA

# ELICHE a tutta FORZA

DALLA CARATTERISTICA FORMA ELICOIDALE, ELICHE E FUSILLONI CATTURANO SUGHI E CONDIMENTI COME NESSUN ALTRO FORMATO DI PASTA SA FARE. PROVARE PER CREDERE

**a cura della redazione; ricette, foto e styling di RAFFAELLA CAUCCI**

*Eliche alla crema di peperoni con feta origano e olive greche*
*(pag. 58)*

*Eliche alla colatura di alici e fiori di zucca ammollicati all'aglio*
(pag. 58)

*Fusilloni alla carbonara di baccalà con ciccioli di guanciale*
*(pag. 58)*

## *Eliche alla crema di peperoni con feta origano e olive greche*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**320 g** di eliche
**1** peperone rosso
**1** peperone giallo
**1/4** di cipolla; **1** spicchio di aglio
**1** fetta di pane in cassetta
**30 g** di pinoli già pelati
**150 g** di feta
**3 cucchiai** di olive greche tipo kalamata
origano secco
olio extravergine di oliva; sale

**Preparazione**

**1.** Sbucciate la cipolla e lo spicchio di aglio, tritateli e fateli appassire in una padella con un filo di olio. Unite i peperoni, puliti e tagliati a cubetti, e fate cuocere fino a quando il fondo di cottura sarà asciutto e i peperoni leggermente teneri ma ancora al dente.

**2.** Raccogliete i peperoni nel bicchiere di un mixer; unite la fetta di pane e un filo di olio, e frullate fino a ottenere una crema liscia e omogenea. Snocciolate le olive e scolate per bene la feta. Fate tostare i pinoli in una padella antiaderente per qualche minuto, quindi levate e tenete da parte.

**3.** Lessate la pasta in acqua bollente e salata, quindi scolatela al dente e conditela con la crema di peperoni. Aggiungete i pinoli tostati, una manciata di origano, le olive e la feta, sbriciolata grossolanamente, e mescolate. Distribuite nei piatti da portata, ultimate con un filo di olio a crudo, e servite.

## *Eliche alla colatura di alici e fiori di zucca ammollicati all'aglio*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**320 g** di eliche
**15** fiori di zucca
**1 spicchio** di aglio
**1 ciuffo** di prezzemolo
pangrattato
colatura di alici di Cetara
olio extravergine di oliva
sale

**Preparazione**

**1.** Pulite i fiori di zucca rimuovendo il gambo, il pistillo e i filamenti esterni. Sciacquateli sotto l'acqua corrente fredda, scolateli e tamponateli con carta assorbente da cucina. Tagliateli a filetti nel senso della lunghezza.

**2.** Pelate l'aglio e tritatelo finemente insieme al prezzemolo. Unite 3 cucchiai di pangrattato e mescolate. Fate scaldare un filo di olio in una padella capiente; aggiungete il trito di aglio e prezzemolo, e fate dorare per bene. Unite i fiori di zucca e una manciata di pangrattato, e proseguite la cottura per 1 minuto.

**3.** Lessate la pasta in acqua bollente e poco salata, quindi scolatela al dente e versatela in padella. Fate saltare per qualche minuto, quindi spegnete e mantecate con qualche cucchiaio di colatura di alici (assaggiate e regolate con attenzione la quantità perché la colatura è molto salata). Impiattate, profumate con altro prezzemolo tritato e e servite.

## *Fusilloni alla carbonara di baccalà con ciccioli di guanciale*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**320 g** di fusilloni
**1 filetto** di baccalà già dissalato, diliscato e spellato (circa 350 g)
**4** tuorli
**1** uovo
**150 g** di guanciale
pecorino romano grattugiato
sale e pepe

**Preparazione**

**1.** Tagliate il filetto di baccalà a cubetti e metteteli da parte. In una ciotola sbattete i tuorli con l'uovo, abbondante pecorino (un paio di cucchiai a persona) e una macinata di pepe. Tenete da parte.

**2.** Tagliate il guanciale a listerelle. Fate scaldare una padella antiaderente, disponete il guanciale e fate dorare su fiamma bassa. Quando sarà ben croccante, prelevatelo con una pinzetta e tenetelo da parte. Sistemate i cubetti di baccalà nella padella e fateli dorare su tutti i lati per qualche minuto.

**3.** Nel frattempo lessate la pasta in acqua bollente e salata. Scolatela al dente, trasferitela nella ciotola con le uova e il pecorino, e mescolate per bene. Aggiungete il baccalà dorato e qualche listerella di guanciale. Distribuite nei piatti da portata, completate con una manciata di pecorino, un pizzico di pepe e il guanciale restante, e servite.

# *Eliche ai cereali con spuma di mortadella e granella di pistacchi*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**320 g** di eliche ai cereali
**200 g** di mortadella
**150 g** di ricotta vaccina
**200 ml** di panna fresca
**40 g** di pistacchi già sgusciati
**1 ciuffo** di basilico
olio extravergine di oliva; sale

**Preparazione**

**1.** Raccogliete la mortadella e la ricotta, ben sgocciolata, nel bicchiere di un robot da cucina. Frullate, versate a filo 100 ml di panna e proseguite fino a ottenere una crema liscia e omogenea.

**2.** Montate il resto della panna, ben fredda, e incorporatela alla crema di mortadella mescolando con movimenti dal basso verso l'alto. Trasferite in frigorifero e fate riposare per una ventina di minuti.

**3.** Lessate la pasta in acqua bollente e salata, quindi scolatela al dente e trasferitela in una ciotola. Aggiungete qualche cucchiaiata di spuma di mortadella, una manciata di pistacchi, tritati grossolanamente, e un filo di olio a crudo, e mescolate per bene.

**4.** Distribuite la pasta nei piatti da portata, guarnite con delle quenelles di spuma, un altro po' di granella di pistacchi, qualche foglia di basilico e un filo di olio, e servite.

# pASTA PESTI

DICI: PESTO E SUBITO SI PENSA A QUELLO GENOVESE. E VABBÈ. EPPERÒ MICA È FINITA QUI. CON UN PO' DI FANTASIA, IN EFFETTI, SE NE POSSONO PREPARARE MILLANTA. NOI QUI ABBIAMO GIOCATO CON BARBABIETOLE (IN VIOLA), CAROTE (IN GIALLO), BARBE DI FINOCCHIO (IN VERDE) E POMODORI SECCHI (IN ROSSO). IL RISULTATO? QUATTRO PESTI DA LECCARSI I BAFFI!

a cura della redazione;
ricette, foto e styling di RAFFAELLA CAUCCI

# *Vermicelli al pesto di barbabietola mandorle e Parmigiano Reggiano*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**320 g** di vermicelli
**250 g** di barbabietole già lessate
**30 g** di mandorle già sgusciate
(più altre per la guarnizione)
**40 g** di Parmigiano Reggiano grattugiato
**1** ciuffo di basilico
**1/2** spicchio di aglio
olio extravergine di oliva
sale

**Preparazione**

**1.** Scaldate una padella antiaderente, mettete le mandorle e fatele leggermente tostare. Tagliate le barbabietole a pezzetti e raccoglieteli nel bicchiere di un mixer da cucina; unite le mandorle, l'aglio, il parmigiano, un pizzico di sale, 3 foglie di basilico e un generoso filo di olio. Frullate fino a ottenere una crema densa e omogenea. Se necessario, aggiustate la consistenza aggiungendo eventualmente ancora olio e sale.

**2.** Lessate la pasta in acqua bollente e leggermente salata. Scolatela al dente e conditela con il pesto di barbabietola. Distribuite la pasta nei piatti da portata, ultimate con un filo di olio a crudo, qualche foglia di basilico e qualche mandorla tritata, e servite.

*Spaghetti al pesto di carote con semi di zucca e zenzero*
*(pag. 64)*

*Bucatini al pesto di barba di finocchio acciughe e pecorino*
*(pag. 64)*

## *Spaghetti al pesto di carote con semi di zucca e zenzero*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**320 g** di spaghetti
**2** carote
**20 g** di semi di zucca già tostati e salati
**1** radice di zenzero
**30 g** di ricotta salata
**1 ciuffo** di menta
olio di sesamo
olio di semi di mais
sale

**Preparazione**

**1.** Pelate le carote, lavatele e tagliatele a pezzetti. Raccoglietele nel bicchiere di un mixer da cucina, unite la metà dei semi di zucca, la ricotta salata, qualche goccia di olio di sesamo, una grattugiata di zenzero fresco e un generoso filo di olio di semi. Frullate fino a ottenere una crema densa e omogenea. Se necessario, aggiustate la consistenza aggiungendo eventualmente ancora olio e sale.

**2.** Lessate la pasta in acqua bollente e leggermente salata. Scolatela al dente, unite il pesto di carote e un paio di cucchiai di acqua di cottura, e mescolate per bene. Distribuite la pasta nei piatti da portata, ultimate con un filo di olio a crudo, qualche foglia di menta e i semi di zucca restanti, e servite.

## *Bucatini al pesto di barba di finocchio acciughe e pecorino*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**320 g** di bucatini
**60 g** di barba di finocchi freschi
**4** acciughe sott'olio
**1 cucchiaino** di capperi sott'aceto
**1 spicchio** di aglio
**30 g** di pecorino romano grattugiato
**1 cucchiaio** di pangrattato
qualche peperoncino piccante secco
olio extravergine di oliva
sale

**Preparazione**

**1.** Sciacquate la barba dei finocchi sotto l'acqua corrente fredda, tamponatela con un foglio di carta assorbente da cucina e fatela asciugare. Raccoglietela nel bicchiere di un mixer da cucina e unite le acciughe, i capperi ben scolati, il pecorino, un filo di olio, l'aglio e un peperoncino. Frullate fino a ottenere una crema densa e omogenea. Se necessario, aggiustate la consistenza aggiungendo un po' di pangrattato, un pizzico di sale e ancora un filo di olio.

**2.** Lessate la pasta in acqua bollente e leggermente salata. Scolatela al dente e conditela con il pesto. Distribuite la pasta nei piatti da portata, ultimate con un filo di olio a crudo, qualche cappero e un po' di peperoncino, e servite.

## *Linguine con pesto alla greca ai pomodori secchi feta origano e olive*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**320 g** di linguine
**20** pomodori secchi sott'olio
**40 g** di feta
**1 cucchiaino** di capperi sott'aceto
**30 g** di pinoli già pelati (più altri per la decorazione finale)
**2 cucchiai** di olive kalamata snocciolate (più altre per la decorazione finale)
**1 spicchio** di aglio
origano secco
olio extravergine di oliva
sale

**Preparazione**

**1.** Scaldate una padella antiaderente, mettete i pinoli e fateli leggermente tostare. Levate e tenete da parte. Scolate i pomodori secchi e raccoglieteli nel bicchiere di un robot da cucina. Unite la feta, i capperi ben scolati, 1 cucchiaio di olive, un filo di olio, l'aglio e i pinoli, e frullate fino a ottenere una crema densa e omogenea. Se necessario, aggiustate la consistenza aggiungendo eventualmente ancora olio e sale. Profumate con un cucchiaino di origano e mescolate.

**2.** Lessate la pasta in acqua bollente e leggermente salata. Scolatela al dente e conditela con il pesto. Distribuite la pasta nei piatti da portata, ultimate con un filo di olio a crudo, qualche oliva, qualche pinolo e altro origano, e servite.

# A CIASCUNO IL SUO OLIO

TEMPO DI PESTI CON UN PROTAGONISTA IN PIÙ: L'OLIO EXTRAVERGINE MONOCULTIVAR ITALIANO. SCELTO DAL NOSTRO MAESTRO D'OLIO

di FAUSTO BORELLA

### Vermicelli al pesto di barbabietola

**Azienda agricola La Ranocchiaia**

Firenze

In Toscana esistono quasi 100 varietà di olive, il Leccio del Corno della Ranocchiaia a San Casciano val di Pesa, vicino Firenze, saprà interpretare al massimo l'accostamento con la tendenza dolce della barbabietola e la sapidità del parmigiano. L'olio ha grande ricchezza in polifenoli e vitamina E, che lo renderanno amaro e piacevolmente speziato.

### Spaghetti al pesto di carote

**Azienda agricola Centonze**

Trapani

Questo pesto dalle note speziate e allo stesso tempo dolci, grazie alle carote e ai semi di zucca si esalterà perfettamente con un olio molto profumato e intenso come il Chiaro di Luna, 100% Nocellara del Belice. Nino Centonze sa far sprigionare con maestria i profumi di pomodoro verde e scorza d'arancio di quest'olio, che amalgamati insieme sono davvero un'esplosione di profumi di fine estate.

### Bucatini al pesto di barba di finocchio

**Azienda Corte Olias**

Cagliari

La persistenza gusto-olfattiva di questo pesto con la sapidità del parmigiano e la forza delle acciughe, merita un olio deciso e strutturato. Niente di meglio di un blend Sardo dell'azienda Corte Olias che con la sua Bosana, amaricante con un finale piccante, renderà tutto il piatto armonico e decisamente lungo.

### Linguine con pesto alla greca

**Azienda agricola Cassini Paolo**

Imperia

Paolo Cassini in Liguria, da anni sa creare oli di eccellenza. La sua Taggiasca monocultivar sa di mandorla amara e carciofo, con un tocco finale di melanzana; ed è qui che si accosta in maniera sublime ai pomodorini e alla feta. La concordanza aromatica dell'origano insieme alla speziatura finale dell'olio, renderà tutto un connubio inseparabile.

ALMA ITALIAN CONTENT & ENTERTAINMENT
I QUADERNI
A.L.I.C.E.
BIMESTRALE - N.38 - 2017 - € 5,40
QUICHE, CROSTATE E TORTE RUSTICHE
Torte salate d'ogni sorta, golose e scenografiche, con tanti impasti di base e le tecniche fondamentali da seguire per sbizzarrire la fantasia!
• DALLA CLASSICA QUICHE LORRAINE, ALLE TORTE RUSTICHE DELLA TRADIZIONE, PASSANDO PER SOFFICI CAKES, CROSTATE SALATE E STRUDEL CREATIVI, 96 RICETTE E 15 SCUOLE DI CUCINA CON GLI STEP FOTOGRAFICI
• IN TEGLIA O IN RAFFINATA MONOPORZIONE, TANTE IDEE GOLOSE CON VERDURE, CARNE, PESCE, FORMAGGI, PER UNO DEI PIATTI PIÙ VERSATILI, DELLA BELLA STAGIONE, PRATICI E FACILI DA PREPARARE
• SFOGLIA, FROLLA, BRISÉE, FILLO, PASTA DI PANE E PERSINO PASTA "MATTA"... TUTTO SULLE BASI: IMPASTI, COTTURE, IMPIEGHI MIGLIORI
• TIPS&TRICKS, CURIOSITÀ E CONSIGLI PER: SPESA, DISPENSA, PRESENTAZIONI, ACCESSORI E UTENSILI
primaedicola.it
Prenota gli arretrati su primaedicola.it e ritirali in edicola:
- paghi solo al ritiro
- scegli tu l'edicola
- spedizione sempre gratuita
1A
IN EDICOLA

# WHAT EGGS?

STUFI DELLA SOLITA FRITTATA? AFFIDATEVI ALLA FANTASIA DI MONICA BIANCHESSI CHE REALIZZA QUATTRO RICETTE GOLOSE E SUPER CREATIVE. INSOMMA, COSA VOLERE DI PIÙ?

a cura della redazione; ricette di MONICA BIANCHESSI - foto di GIORGIA NOFRINI; styling di ALICE ADAMS

* **0 Biologico.** *Le galline sono allevate secondo disposizioni dell'agricoltura biologica; razzolano all'aperto per alcune ore al giorno e depongono le uova in nidi o a terra.*
**1 All'aperto.** *Le galline razzolano all'aperto per alcune ore al giorno e depongono le uova in nidi o a terra.*
**2 A terra.** *Le galline vengono allevate in un ambiente chiuso.*
**3 In gabbia.** *Le galline vengono allevate in gabbia.*

*Torta di frittata filante*
*(pag. 70)*

## Torta di frittata filante

**Ingredienti**
(per 4 persone)

**8** uova
**4 cucchiai** di Grana Padano grattugiato
**1** rapa rossa già lessata
**50 g** di spinacini freschi
**150 g** di scamorza dolce
a fette
**100 g** scamorza affumicata a fette
**5** fette di salmone affumicato tritato
**40 g** di rucola
**1 cucchiaio** di concentrato
di pomodoro
**1 cucchiaio** di erbe aromatiche tritate
(maggiorana e prezzemolo)
olio extravergine di oliva
sale

**Preparazione**

**1.** Preparate le frittate in 4 ciotole diverse. Nella prima ciotola rompete 2 uova, aggiungete 1 cucchiaio di grana, un pizzico di sale e gli spinacini crudi, sminuzzati finemente, e mescolate gli ingredienti con una forchetta.

**2.** Nella seconda ciotola rompete 2 uova, unite 1 cucchiaio di grana, un pizzico di sale, il concentrato di pomodoro e le erbe aromatiche, e amalgamate con una forchetta.

**3.** Nella terza ciotola rompete 2 uova, aggiungete 1 cucchiaio di grana, un pizzico di sale e la rucola, tritata finemente, e mescolate con una forchetta. Nella quarta ciotola rompete 2 uova e unite 1 cucchiaio di grana, un pizzico di sale e la rapa, sbucciata e grattugiata grossolanamente. Mescolate gli ingredienti con una forchetta.

**4.** Preparate le frittate. Fate scaldare un filo di olio in una padella antiaderente da 18-20 cm di diametro. Versate il primo impasto, incoperchiate e fate cuocere per circa 5-6 minuti a fuoco dolce, muovendo ogni tanto la padella per staccare la frittata dal fondo. A questo punto capovolgete la frittata e proseguite la cottura anche dall'altro lato. Quando sarà leggermente dorata, levatela e tenete da parte. Realizzate le altre frittate seguendo lo stesso procedimento.

**5.** Preparate il tortino. Alternate le frittate con le fette di scamorza dolce e affumicata, e il salmone tritato. Terminate con un disco di frittata e infornate a 180 °C per circa 10 minuti, fino a quando il formaggio si sarà fuso. Sfornate, guarnite la superficie con un po' di salmone tritato e una fogliolina di prezzemolo, e servite.

## Rotolo di frittata alla zucca

**Ingredienti** (per 4-6 persone)

**9** uova
**6** fiori di zucca
**300 g** di ricotta di pecora soda
**150 g** di zucca mantovana già cotta
**50 g** di pancetta affumicata
**25 ml** di latte
**30 g** di Parmigiano Reggiano grattugiato
**2** foglie di salvia
**1 pizzico** di noce moscata
**1 noce** di burro
sale

**per accompagnare**
insalatina mista di stagione
**4** fiori di zucca già puliti

**Preparazione**

**1.** Lavate delicatamente i fiori di zucca, eliminate i pistilli e tritateli finemente. Tagliate la pancetta affumicata a dadini. In una ciotola lavorate con una forchetta le uova con il latte, il parmigiano, la pancetta, i fiori di zucca e 2 g di sale.

**2.** Fate sciogliere dolcemente il burro in una padella con la salvia. Spegnete e tenete da parte. Foderate una teglia larga con un foglio di carta forno. Spennellate la carta con il burro aromatizzato alla salvia e versate il composto fino a ottenere uno spessore di circa 1 cm. Infornate a 160 °C e fate cuocere per circa 20 minuti, o comunque fino a doratura.

**3.** Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate intiepidire. Intanto lavorate la ricotta con la zucca, regolate di sale e aggiungete un pizzico di noce moscata. Spalmate la ricotta sul rettangolo di frittata, arrotolate il tutto e avvolgete con la pellicola trasparente. Lasciate riposare in frigorifero per circa 3 ore.

**4.** Trascorso questo tempo, eliminate la pellicola e tagliate il rotolo a fettine. Distribuitele nei piatti da portata, accompagnate con un'insalatina mista di stagione, guarnite con un fiore di zucca e servite.

ATTENTI A NOI 2
VISTO IN TV
ALICE
221

## *Frittatine al forno con verdure*

**Ingredienti** (per 6-8 persone)

**4** uova
**50 g** di Parmigiano Reggiano
**30 g** di farina di riso
**100 g** di panna fresca
**80 g** di ricotta vaccina
**100 g** di quartirolo
**10 g** di prezzemolo tritato
**1** peperone rosso
**1** zucchina; **1** porro
**100 g** di funghi
olio extravergine di oliva
sale

**Preparazione**

**1.** Lavate le verdure e pulitele. Tagliate il peperone e la zucchina a cubetti, il porro a rondelle e i funghi a fettine. Fate scaldare un filo di olio in una padella antiaderente, unite le verdure, condite con un pizzico di sale e fate saltare a fuoco vivo finché non risulteranno tenere.

**2.** Rompete le uova in una ciotola e aggiungete la farina di riso, la panna, la ricotta e il parmigiano grattugiato. Insaporite con un pizzico di sale e il prezzemolo tritato, e mescolate il composto con una forchetta quel tanto che basta per amalgamare il tutto.

**3.** Ungete con un filo di olio 2 stampi per muffin da 6. Distribuite all'interno le verdure cotte e poi il quartirolo sbriciolato. Con l'aiuto di un mestolino versate poco composto a base di uova. Infornate a 160 °C e fate cuocere per circa 20 minuti o comunque fino a quando risulteranno gonfie e ben dorate.

**4.** Una volta cotte, sfornate le frittatine e lasciatele intiepidire. Sformate, trasferite in un piatto da portata e servite.

## *Frittata soffice al forno*

**Ingredienti**
(per 4 persone)

**4** uova
**80** ml di latte
**70 g** di Parmigiano Reggiano grattugiato
**1 cucchiaio** di maizena
**4 rametti** di timo
**12 fette** di prosciutto crudo dolce
**200 g** di squacquerone
**60 g** di rucola
**2 g** di sale

**Preparazione**

**1.** In una ciotola lavorate i tuorli con il latte, il parmigiano, la maizena, il timo sfogliato e il sale fino a ottenere un composto ben amalgamato. Nel frattempo lavorate gli albumi con le fruste elettriche, senza montarli eccessivamente ma rendendoli cremosi. Incorporateli ai tuorli mescolando delicatamente con una spatola e con movimenti dal basso verso l'alto.

**2.** Versate il composto in una tortiera, foderata con carta forno, e infornate a 160 °C per circa 25 minuti, o comunque fino a doratura. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate intiepidire.

**3.** Quando la frittata si sarà intiepidita, sformatela e tagliatela a fette. Trasferitele nei piatti da portata, accompagnate con una cucchiaiata di squacquerone, qualche fettina di prosciutto crudo e un po' di rucola, e servite.

# ANCORA VOGLIA D'ESTATE

## APPENA TORNATI DALLE VACANZE E GIÀ VORRESTE RIPARTIRE? CONSOLATEVI CON LE RICETTE IN "SALSA SICILIANA" DEI FRATELLI SCIANNA. DA GUSTARE IN PUNTA DI DITA, CONSERVANO INTATTO IL SAPORE DELL'ESTATE APPENA TRASCORSA

**a cura della redazione; ricette di STEFANIA SCIANNA - foto e styling di VIRGINIA REPETTO**

## *"Piatto ricco mi ci fico" dissero le alici*

**Ingredienti** (per 15 finger)

**30** alici fresche; **1** bicchiere di aceto di vino bianco
**3** fette di pane; farina 00; olio di semi di arachide
olio extravergine di oliva; sale

**per la salsa di fico d'India**
**1** fico d'India
**20 ml** di latte di mandorla

**Preparazione**

**1.** Pulite le alici, eliminate la testa e apritele a libro. Trasferitele in una terrina, aggiungete l'aceto e lasciate marinare per qualche minuto. Per la salsa: sbucciate il fico, tagliatelo a tocchetti e passateli al passaverdure, così da eliminare i semi. Frullate la polpa con il latte di mandorla e tenete da parte.

**2.** Scolate le alici, asciugatele con carta assorbente da cucina, infarinatele per bene e friggetele in olio di semi ben caldo. Quando saranno ben dorate e croccanti, prelevatele e fatele asciugare su carta assorbente. Condite con un pizzico di sale.

**3.** Tritate le fette di pane e fate dorare il trito ottenuto in una padella con un filo di olio. Distribuite la salsa di fico nelle coppette e adagiate sopra le alici. Cospargete con le briciole di pane e servite.

*In abbinamento:*
*Catarratto del Masso 2016*
*Sicilia doc Feudo Montoni*

# *Dei fichi non si butta via nulla!*

**Ingredienti** (per 12 finger)

**150 g** di pasta sfoglia
**4** piccole pale di fico d'India
**1 cucchiaio** di semi di sesamo
**50 g** di acciughe sott'olio
olio extravergine di oliva
sale e pepe

**Preparazione**

**1.** Pulite le pale di fico: privatele delle spine e lavatele accuratamente. Tagliatele a listerelle e trasferitele in una casseruola (adatta alla cottura in forno). Condite con un filo di olio, un pizzico di sale e una macinata di pepe. Cospargete con i semi di sesamo, mettete sul fuoco e fate cuocere finché le listerelle non saranno morbide. Spegnete e lasciate intiepidire.

**2.** Stendete la pasta sfoglia e con questa coprite la casseruola. Bucherellate la superficie con i rebbi di una forchetta e infornate a 180 °C per circa 20 minuti, o comunque fino a doratura. Sfornate e lasciate intiepidire, quindi capovolgete su un piatto e tagliate a cubetti. Guarnite ciascun cubetto con una mezza acciuga, ben scolata, trasferite in un piatto da portata e servite.

*In abbinamento:*
*Dolomiti Brut rosé*
*Pojer e Sandri*

## *Anatra settembrina*

**Ingredienti** (12 finger)

**1** petto di anatra da 400 g
**1 bicchiere** di vino bianco
**150 g** di misticanza
**5** fichi neri settembrini
**20 g** di zucchero moscovado
**qualche rametto** di timo e rosmarino
sale e pepe

**Preparazione**

**1.** Salate e pepate il petto di anatra. Fate scaldare una padella antiaderente, disponete il petto di anatra, mettendolo dalla parte della pelle, profumate con il timo e il rosmarino, tritati, e fate cuocere per 4 minuti. Girate il petto di anatra, sfumate con il vino e lasciate cuocere per una decina di minuti. Spegnete, prelevate la carne e conservate il fondo di cottura in padella.

**2.** Sbucciate i fichi e tagliateli a spicchi. Trasferiteli nella padella con il fondo di cottura, aggiungete lo zucchero e fate caramellare. Tagliate a losanghe il petto di anatra e sistematele su un letto di misticanza. Guarnite con i fichi caramellati e servite.

*In abbinamento:*
*Arcurìa Etna rosso doc*
*Graci*

## *Il pacchero innamorato*

**Ingredienti** (per 20 finger)

**250 g** di paccheri
**5** melanzane; **400 g** di pomodorini
**50 g** di zucchero di canna
**50 g** di ricotta salata
**1 ciuffo** di basilico; origano in polvere
olio extravergine di oliva; sale

*In abbinamento:*
*Five Roses 2016*
*Salento Rosato igt*
*Leone de Castris*

**Preparazione**

**1.** Lessate la pasta in acqua bollente e leggermente salata. A 2 minuti dal termine di cottura, scolatela, passatela in acqua fredda e tenete da parte. Lavate le melanzane, asciugatele e sistematele intere in una teglia. Spennellatele con un filo di olio e infornate a 160 °C per circa un'ora.

**2.** Una volta cotte, sfornate le melanzane, spellatele e raccoglietele in un colapasta per eliminare il liquido in eccesso. Frullate la polpa di melanzane con un filo di olio e un pizzico di sale. Lavate i pomodorini, tagliateli a metà e sistemateli in una teglia. Cospargeteli con un pizzico di sale e di origano, lo zucchero e un filo di olio. Infornate a 100 °C (in forno statico) e fate cuocere per circa 2 ore.

**3.** Farcite i paccheri con la polpa di melanzane e spolverizzate con la ricotta grattugiata. Guarnite con qualche pomodorino confit e qualche foglia di basilico, e servite.

## *Figs & Chocolate*

**Ingredienti** (per 15 finger)

**150 g** di burro; **250 g** di zucchero
**20 g** di cannella in polvere
**75 g** di cacao amaro in polvere
**1/4 di cucchiaino** di sale
**1 bustina** di vanillina
**2** uova (fredde di frigorifero)
**60 g** di farina
**80 g** di mandorle a lamelle tostate
**500 g** di gelato al fico d'India

*In abbinamento:*
*Notissimo*
*Moscato di Noto Sicilia dop*
*Rio Favara*

**Preparazione**

**1.** Fate fondere il burro in un pentolino con lo zucchero, la vanillina, il cacao e il sale. Levate e lasciate intiepidire. Una volta tiepido, incorporate le uova, mettendone uno alla volta, e poi la farina e la cannella. Mescolate accuratamente fino a ottenere un composto omogeneo.

**2.** Versate il composto in uno stampo, foderato con carta forno, e infornate a 180 °C per circa 20-25 minuti (mettendo lo stampo nella parte bassa del forno). Per verificare la cottura, fate comunque la prova stecchino. Sfornate, lasciate raffreddare e infine sformate.

**3.** Distribuite il gelato nelle coppette, sbriciolate sopra la torta, guarnite con le mandorle e servite.

## *Il fico ubriaco*

**Ingredienti** (per 15 finger)

**250 g** di ricotta di pecora
**100 g** di mascarpone
**75 g** di zucchero di canna grezzo
**200 g** di fichi
**100 ml** di marsala
**5 g** di liquirizia in polvere
**3 chiodi** di garofano
**2 bacche** di pepe rosa

**Preparazione**

**1.** Sbucciate i fichi, tagliateli a spicchi e raccoglieteli in una terrina. Aggiungete il marsala e le spezie, e lasciate marinate per una mezz'ora. Intanto lavorate il mascarpone e la ricotta con lo zucchero fino a ottenere una crema omogenea e priva di grumi.

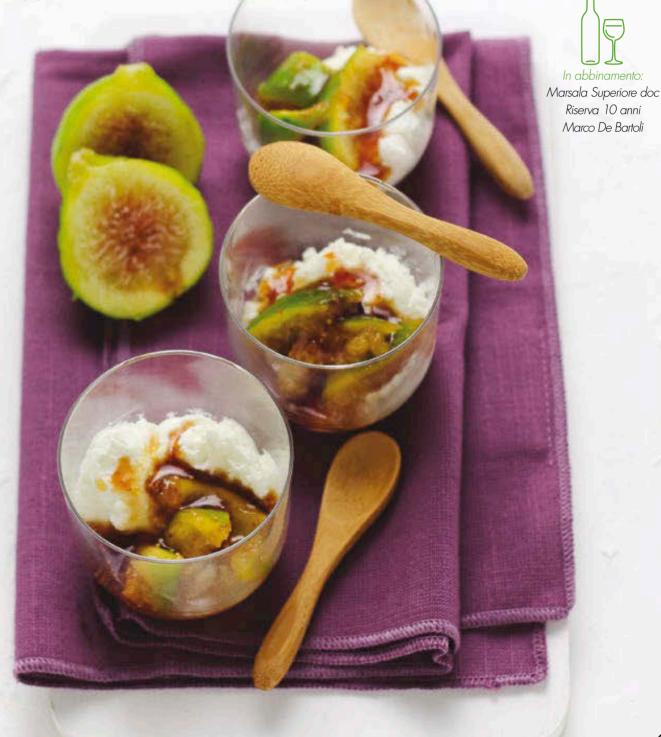
**2.** Trascorso il tempo di marinatura, trasferite i fichi con il loro liquido in una padella, mettete sul fuoco e fate cuocere per qualche minuto. Quindi prelevate i fichi, tenendoli da parte, e lasciate ridurre il fondo di cottura. Eliminate infine i chiodi di garofano e il pepe.

**3.** Distribuite la crema nei bicchierini da finger. Adagiate sopra i fichi, irrorate con la riduzione e servite.

*In abbinamento:*
*Marsala Superiore doc*
*Riserva 10 anni*
*Marco De Bartoli*

# PEPERONE, I LOVE U

L'ORTAGGIO SIMBOLO DELLA CUCINA MEDITERRANEA (E DELLA CUCINA ESTIVA) È PROTAGONISTA DI RICETTE FRESCHE E CREATIVE. TUTTE DA SPERIMENTARE

**Ricette, foto e styling di VIRGINIA REPETTO**
**testi a cura di EMANUELA BIANCONI**

## Il peperone

*Il peperone è il frutto di una pianta orticola originaria dell'America centrale e meridionale, e appartenente alla famiglia delle Solanaceae (alla quale appartengono anche pomodori, patate e melanzane). Ortaggio ricchissimo di vitamina C, in Italia è coltivato in Sicilia, Puglia, Campania, Piemonte e Lazio. Esistono moltissime varietà con caratteristiche diverse per sapore, che può essere dolce o piccante, e forma: quadrati, allungati, tondeggianti, a uncino o a "trottola". A piena maturazione, sono di colore giallo o rosso; verde nei peperoni ancora acerbi. La raccolta avviene durante l'estate, a partire dal mese di giugno. Al momento dell'acquisto, sceglieteli lucidi, sodi, senza ammaccature e con il picciolo brillante, turgido e ben attaccato. L'odore deve essere gradevole e non troppo intenso (si conservano in frigorifero per 4-5 giorni nel cassetto delle verdure).*

*Queste le varietà utilizzate nelle ricette che seguono:*

**"corno di bue" o "di toro":** *chiamato carnaiolo in Campania e Calabria. A forma di corno allungato, più o meno schiacciato, di colore rosso, giallo o verde, ha una polpa carnosa dal sapore dolce. Ideale ripieno, grigliato intero oppure cotto in una caponata.*

**"Magnum":** *ha forma quadrata e allungata. Di grosse dimensioni, presenta una polpa spessa e di colore rosso a maturazione.*

**"Quadrato":** *carnoso e dalla forma ovviamente quadrata. Ha un sapore gradevolmente dolce, senza nessuna piccantezza. Di colore rosso o giallo, si presta a essere grigliato, cotto in agrodolce oppure ripieno al forno.*

# Gazpacho di peperoni

**Ingredienti** (per 4 persone)

**300 g** di peperoni corno di bue rossi
**600 g** di pomodori maturi
**300 g** di cetrioli
**1** cipolla rossa
**100 g** di mollica di pane
aceto di vino bianco
pane ai semi di sesamo
olio extravergine di oliva
sale

**per la decorazione**
**1** cetriolo tagliato a nastro
**1** peperone rosso a listerelle
**1 ciuffo** di basilico
olio extravergine di oliva

**Preparazione**

**1.** Tagliate a tocchetti le verdure e raccoglietele in una ciotola. Unite la mollica di pane, tagliata a cubetti, e condite il tutto con un filo di olio, un pizzico di sale e un goccio di aceto. Mescolate, coprite con pellicola trasparente e lasciate riposare in frigorifero per almeno un paio di ore (meglio ancora per tutta la notte).

**2.** Trascorso il tempo di riposo, raccogliete le verdure in un mixer e frullate per bene. Se necessario, aggiustate di sale. Distribuite il gazpacho nelle ciotoline e guarnite con qualche nastro di cetriolo, una listerella di peperone, un ciuffetto di basilico e un filo di olio. Accompagnate con qualche fettina di pane e servite ben freddo.

# *Flan di peperoni con crema di stracchino*

**Ingredienti** (per 6 flan)

**300 g** di peperoni rossi magnum già puliti
**1** cipollotto
**100 ml** di brodo vegetale
**150 g** di ricotta vaccina
**80 ml** di latte
**1 cucchiaino** di amido di mais
**2** uova
burro
pangrattato
**qualche rametto** di timo
olio extravergine di oliva
sale

**per la crema**
**100 g** di stracchino
**50-60 g** di latte
**2 rametti** di timo

**Preparazione**

**1.** Tagliate i peperoni a dadini, pulite il cipollotto e fatelo a fettine. Fate rosolare dolcemente il cipollotto in una padella con un filo di olio; unite i peperoni e fateli saltare per qualche istante. Versate il brodo vegetale caldo e portate a cottura. Scolate l'eventuale liquido in eccesso, frullate con un mixer a immersione e lasciate intiepidire la crema ottenuta.

**2.** In una ciotola mescolate la ricotta, setacciata, con il latte, l'amido di mais e le uova, leggermente sbattute. Unite la crema di peperoni, condite con un pizzico di sale e versate il composto negli stampini, imburrati e cosparsi di pangrattato. Trasferite gli stampini in una pirofila, versate l'acqua calda, fino a metà altezza dei flan, e infornate a 170 °C per circa 30 minuti o comunque finché i flan non saranno rappresi al centro. Sfornate e lasciate intiepidire.

**3.** Per la crema: lavorate lo stracchino con il latte. Profumate con le foglioline di timo e tenete da parte. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate intiepidire. Passate un coltello a lama liscia lungo i bordi degli stampini e sformate i flan capovolgendoli su ciascun piatto. Guarnite con la crema di stracchino e un rametto di timo, e servite.

# *Peperoni marinati con feta menta e aglio*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**2** grossi peperoni quadrati (1 rosso e 1 giallo)
**150 g** di feta greca
**1 ciuffo** di menta
**2 spicchi** di aglio
**1 filoncino** di pane
olio extravergine di oliva
sale

*PER CONSERVARE I PEPERONI MARINATI UN PO' PIÙ A LUNGO, TRASFERITELI IN UN VASETTO STERILIZZATO, RICOPRITELI CON L'OLIO E METTETELI IN FRIGORIFERO.*

**Preparazione**

**1.** Lavate i peperoni, asciugateli e sistemateli in una teglia, foderata con carta forno. Metteteli sotto il grill del forno e fateli arrostire per circa 20 minuti (monitorate spesso il forno). Quando saranno ben abbrustoliti, trasferiteli in un sacchetto di plastica per alimenti e lasciateli raffreddare. Pelateli, eliminate semi e coste bianche interne, e fateli a listerelle.

**2.** Raccogliete i peperoni in una ciotola e conditeli con un filo abbondante di olio, la menta tritata, l'aglio a fettine e un pizzico di sale. Unite la feta, tagliata a cubetti, mescolate delicatamente, coprite con pellicola trasparente e mettete in frigorifero a marinare per almeno una notte.

**3.** Trascorso il tempo di riposo, servite i peperoni marinati come antipasto, accompagnando con fettine di pane.

# *Uova al forno con peperoni e pomodori all'harissa*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**1 kg** di pomodori
**600 g** di peperoni rossi magnum
**2 cucchiai** di triplo concentrato di pomodoro
**1 cucchiaino** di harissa
**8** uova
**1 spicchio** di aglio
**1 filoncino** di pane al sesamo
olio extravergine di oliva
sale e pepe

**Preparazione**

**1.** Lavate i pomodori e tagliateli a cubetti; lavate i peperoni, tagliateli a metà, eliminate semi e coste bianche interne, e fateli a cubetti. Fate rosolare l'aglio, schiacciato, in una padella con un filo di olio. Unite i peperoni e fateli saltare per qualche istante, quindi aggiungete i pomodori, il concentrato di pomodoro e l'harissa, incoperchiate e fate cuocere a fiamma dolce per circa 30 minuti, mescolando spesso, fino a ottenere una salsa densa (se necessario, diluite con un goccio di acqua). Regolate di sale.

**2.** Trascorso il tempo di cottura, eliminate l'aglio e trasferite la salsa in quattro minipirofile adatte alla cottura in forno. Formate due incavi e rompete le uova all'interno delle cavità create. Infornate a 180 °C e fate cuocere finché l'albume non risulterà appena rappreso. Sfornate, profumate con una macinata di pepe e servite, accompagnando con fettine di pane al sesamo.

# *Pasta fredda con pâté di olive peperoni e pesce spada*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**300 g** di farfalle
**2** peperoni quadrati misti
**400 g** di pesce spada
**150 g** di olive nere
già snocciolate
**1** limone
olio extravergine di oliva
sale

**Preparazione**

**1.** Tritate le olive nere non troppo finemente, profumate con la scorza grattugiata di 1/2 limone, unite un filo di olio, mescolate e conservate in frigorifero. Lavate i peperoni, tagliateli a metà, eliminate semi e coste bianche interne, e fateli a striscioline. Fate cuocere i peperoni su una bistecchiera ben calda, girandoli spesso per non farli bruciare. Levate e tenete da parte.

**2.** Tagliate il pesce spada a cubetti. Scaldate un filo di olio in una padella, unite il pesce spada e fatelo saltare per una decina di minuti. Regolate di sale. Lessate la pasta in acqua bollente e leggermente salata, quindi scolatela al dente e passatela sotto un getto di acqua corrente fredda.

**3.** Trasferite la pasta in una insalatiera capiente e conditela con il pâté di olive e un filo di olio. Unite i peperoni grigliati e il pesce spada, e mescolate per bene. Distribuite nei piatti da portata e servite.

# *Stir-fry thailandese di maiale con peperoni e fagiolini*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**300 g** di peperoni corno di bue verdi già puliti
**300 g** di fagiolini già puliti
**500 g** di filetto di maiale
**6 cucchiai** di salsa di pesce (nei negozi di specialità orientali)
**3 cucchiai** di salsa di soia (nei negozi di specialità orientali)
**1 cucchiaino** di pasta di peperoncino (o 1 peperoncino fresco tritato)
**2 spicchi** di aglio
**2** cipollotti
**2** lime
**1 ciuffo** di menta
riso bianco già lessato
olio extravergine di oliva

**Preparazione**

**1.** Fate i peperoni e i fagiolini a striscioline lunghe 3-4 cm. Con un coltello a lama liscia e ben affilato tagliate il filetto di maiale a straccetti. In una ciotolina mescolate la salsa di pesce con la salsa di soia, la pasta di peperoncino e 5 cucchiai di acqua. Tritate l'aglio e affettate i cipollotti (inclusa la parte verde), e tenetene qualche rondella di cipollotto da parte per la decorazione finale.

**2.** Fate rosolare l'aglio e il cipollotto in una padella o un wok con 4 cucchiai di olio. Unite gli straccetti di maiale e fate saltare per pochi minuti, mescolando spesso con una paletta di legno. Prelevate gli straccetti di maiale e teneteli da parte.

**3.** Unite le verdure e un altro filo di olio, se necessario, e fate cuocere per un paio di minuti (dovranno risultare cotte ma ancora croccanti). Aggiungete il condimento e il maiale, e fate insaporire il tutto per altri 2 minuti, mescolando spesso.

**4.** Distribuite lo stir-fry nei piatti da portata e profumate con il cipollotto crudo, tenuto da parte, e qualche foglia di menta. Accompagnate con del riso bianco lessato, guarnite con una fettina di lime e servite.

# HEALTHY GOOD

LA RICETTA HEALTHY DELLA PRESTIGIOSA TERRAZZA BAGLIONI DEL BAGLIONI HOTEL CARLTON DI MILANO. IDEATA DALLA CHEF MARIKA ELEFANTE

**Terrazza Baglioni Milano**

Menu Healthy

*Pancakes salati di avena con salmone affumicato avocado cetrioli bietoline rosse finocchio e citronette di lime allo yogurt*

*Gazpacho di melone zucchine e pomodorini ciliegino con Grana Padano dop al basilico frutti di cappero e semi di zucca*

*Cupoletta di salmone affumicato e avocado con pinzimonio allo yogurt verdure semi di sesamo e germogli*

## Pancakes salati di avena con salmone affumicato avocado cetrioli bietoline rosse finocchio e citronette di lime allo yogurt

**Ingredienti**
(per 1 persona)

**3** pancakes già pronti
**2 fette** di salmone (da circa 60 g)
**20 g** di cetrioli
**10 g** di finocchio
**30 g** di avocado già pulito
**15 g** di insalatina red chard (bietoline rosse)
**1 ciuffetto** di germogli alfa-alfa
semi di sesamo misti

**per la salsa allo yogurt**
**60 g** di yogurt
**1/2** lime
**1 cucchiaino** di erba cipollina tritata
**1 ciuffetto** di finocchietto

**Preparazione**

**1.** Mescolate lo yogurt con il succo del lime; profumate con l'erba cipollina tritata e il ciuffetto di finocchietto, finemente tritato, coprite e conservate in frigorifero. Pelate e tagliate a fettine sottili i cetrioli. Aiutandovi con un'affettatrice, tagliate i finocchi a lamelle. Affettate l'avocado. Preparare 15 g di insalata Red chard (bietoline rosse) e 2 fette di salmone (circa 60g). Per la decorazione preparare i semi di sesamo misti (1/2 cucchiaino da caffè), un ciuffetto di germogli alfa-alfa.

**2.** Disponete un pancake al centro del piatto da portata. Spalmate un cucchiaino di salsa allo yogurt e aggiungete i cetrioli, un terzo di insalatina red chard, una fettina di salmone e un altro cucchiaino di salsa allo yogurt. Proseguite con un pancake, i finocchi, mezzo avocado, un altro po' di salsa allo yogurt, un terzo di insalatina red chard e un quarto di salmone. Coprite con un altro pancake e spalmate un cucchiaino di salsa allo yogurt.

**3.** Decorate con mezzo avocado, un terzo di insalatina red chard e un quarto di salmone. Cospargete con la salsa restante, distribuita su tutto il piatto a gocce e spolverizzate con i semi di sesamo misti. Sistemate al centro il ciuffetto di germogli alfa-alfa e servite.

*I piatti del Menu Healthy della Terrazza Baglioni sono ideati da Green Elephant, un progetto alimentare firmato dalla chef Marika Elefante. Le ricette proposte, basate sulla filosofia healthy, rispettano la stagionalità, hanno un elevato valore nutritivo e sono ricche di vitamine, sali minerali e antiossidanti. Realizzate solo con ingredienti naturali e farine integrali macinate a pietra, sono perfettamente bilanciate e a basso impatto glicemico.*

# IN CROSTA

SALE, BRISÉE, PANE E PATATE. QUATTRO "CROSTE" DIFFERENTI PER ALTRETTANTE SCENOGRAFICHE PREPARAZIONI. IRRESISTIBILI, FRAGRANTI E DORATE GRAZIE ALLA COTTURA IN FORNO

a cura della redazione; ricette, foto e styling di **STEFANIA ZECCA**

## *Pollo in crosta di sale e spezie*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**1** pollo intero da 1,2 kg circa
**1,5 kg** di sale grosso marino integrale; **2** albumi; **1** limone
**1 cucchiaino da tè** di pepe nero in grani; **1 cucchiaino da tè** di coriandolo in grani
**1 cucchiaino da tè** di pepe rosa in grani; **1 cucchiaino da tè** di semi di carvi (o cumino dei prati); **1 cucchiaino da tè** di curcuma in polvere
**1 mazzetto** di erbe aromatiche miste (salvia, alloro e timo)
sale marino integrale

**Preparazione**

**1.** Raccogliete le spezie in grani in un mortaio (**foto A**) e pestatele con un pestello. Aggiungete la curcuma in polvere e la scorza del limone grattugiata, e mescolate ancora. Raccogliete il sale grosso in una ciotola capiente, unite le spezie (**foto B**) e miscelate con cura.

**2.** In un'altra ciotola montate gli albumi a neve con un pizzico di sale (**foto C**); incorporateli delicatamente alla miscela di sale e spezie (**foto D**). Distribuite un letto di questo composto in una teglia, foderata con carta forno (**foto E**).

**3.** Lavate per bene il pollo, sgocciolatelo e adagiatelo sul letto di sale (**foto F**). Inserite il mazzetto di erbe aromatiche nel pollo e copritelo, poco per volta, con il sale restante (**foto G**). Pressate per bene, facendolo aderire su tutta la superficie (**foto H**). Infornate a 180 °C e fate cuocere per circa un'ora e mezza.

**4.** Quando il pollo sarà cotto, sfornatelo e lasciatelo intiepidire. Rompete la crosta con un piccolo martello, portate in tavola e servite.

# *Timballo di riso giallo con pisellini scamorza e pancetta in crosta di brisée*

**Ingredienti** (per 4-6 persone)

**per la pasta brisée**
**200 g** di farina tipo 0
**100 g** di farina di farro integrale
**100 g** di burro freddo (più altro per lo stampo)
**1** uovo medio
sale marino integrale

**per il ripieno**
**250 g** di riso tipo ribe
**200 g** di pisellini surgelati
**125 g** di scamorza affumicata
**250 g** di besciamella
**50 g** di pancetta tesa
**1** cipolla bianca tritata
**1 bustina** di zafferano
olio extravergine di oliva
sale marino integrale

DA PREPARARE IN ANTICIPO E GUSTARE IL GIORNO DOPO!

**Preparazione**

**1.** Per il ripieno: lessate i pisellini in 500-600 ml di acqua leggermente salata, scolateli, fateli raffreddare e tenete da parte l'acqua di cottura. Fate imbiondire la cipolla tritata in una casseruola con 1 cucchiaio di olio. Aggiungete l'acqua di cottura dei pisellini, un pizzico di sale e fate sobbollire per 5 minuti. Versate il riso, unite lo zafferano e portate a cottura mantenendolo al dente. Trasferite il riso in una teglia e lasciatelo raffreddare mescolando ogni tanto. Aggiungete i pisellini e amalgamate (**foto A**). Incorporate infine la besciamella (**foto B**).

**2.** Per la pasta: raccogliete le farine in una ciotola e fate la classica fontana. Unite al centro il burro a dadini e un pizzico di sale, e lavorate velocemente fino a ottenere un composto bricioloso. Incorporate l'uovo (**foto C**) e infine 50-60 g di acqua fredda. Formate un panetto (**foto D**), coprite con pellicola e fate riposare in frigo per un paio di ore.

**3.** Stendete i tre quarti della pasta, mettendola tra due fogli di carta forno, a uno spessore di 3-4 mm. Foderate con la sfoglia uno stampo a cerniera (alto 5-6 cm e da 22-24 cm di diametro), imburrato. Bucherellate il fondo con una forchetta e distribuite sopra uno strato di riso (**foto E**). Coprite con la scamorza a fettine e la pancetta a listerelle (**foto F**). Distribuite un secondo strato di riso e e livellate (**foto G**). Stendete la pasta restante in una sfoglia da 3-4 mm di spessore, adagiatela sul ripieno, sigillate e rifilate i bordi. Punzecchiate la superficie (**foto H**) e infornate a 175 °C per circa 45 minuti. Sfornate, fate intiepidire, sformate e servite, tagliata a fette.

# *Filetto di merluzzo in crosta di patate alghe ed erbe aromatiche*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**500 g** di filetti di merluzzo (privati di pelle, lische e spine)
**300 g** di patate a pasta gialla
**3 cucchiai** di pangrattato
**1 cucchiaio** di alghe Dulse in scaglie; **1 ciuffo** di prezzemolo
**4-5 rametti** di timo; **1/2** limone
olio extravergine di oliva
sale marino integrale e pepe

**per accompagnare**
insalatina mista

**Preparazione**

**1.** Sciacquate e tritate al coltello le erbe aromatiche (**foto A**). Lavate accuratamente le patate e grattugiatele con una grattugia a fori larghi mantenendo la buccia (**foto B**). Spruzzatele con il succo del limone per non farle annerire, strizzatele leggermente con le mani e trasferitele in una ciotola. Aggiungete le erbe tritate (**foto C**) e mescolate.

**2.** Pestate le alghe con un mortaio e unitele alle patate (**foto D**). Aggiungete il pangrattato, 2 cucchiai di olio (**foto E**) e un pizzico di sale, e mescolate per bene.

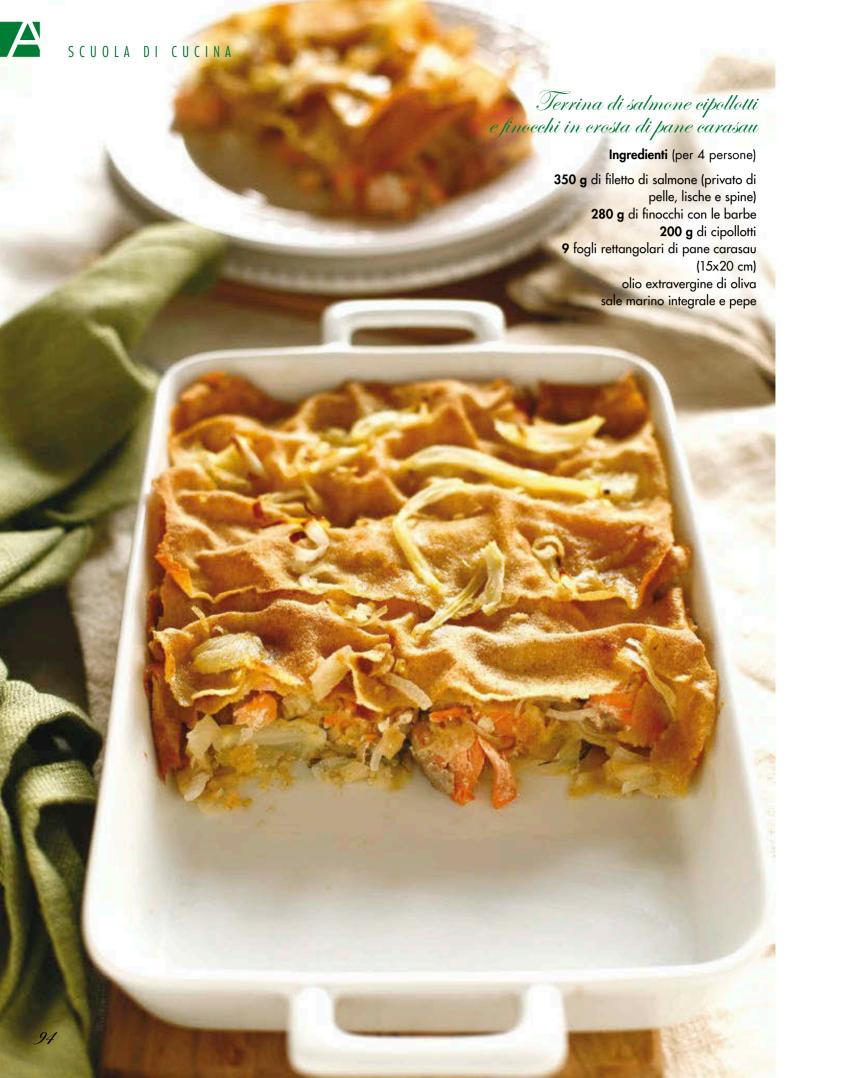
**3.** Lavate i filetti di pesce e asciugateli con carta assorbente da cucina. Trasferiteli in una teglia, foderata con carta forno, e conditeli con 1 cucchiaio di olio, un pizzico di sale e una macinata di pepe (**foto F**).

**4.** Distribuite il composto di patate ed erbe sopra i filetti di pesce, premendo leggermente con le mani per farlo aderire bene (**foto G** e **H**). Infornate a 160 °C (opzione ventilato) per circa 25-30 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e trasferite i filetti di merluzzo nei piatti da portata. Accompagnate con un'insalatina mista e servite.

## *Terrina di salmone cipollotti e finocchi in crosta di pane carasau*

**Ingredienti** (per 4 persone)

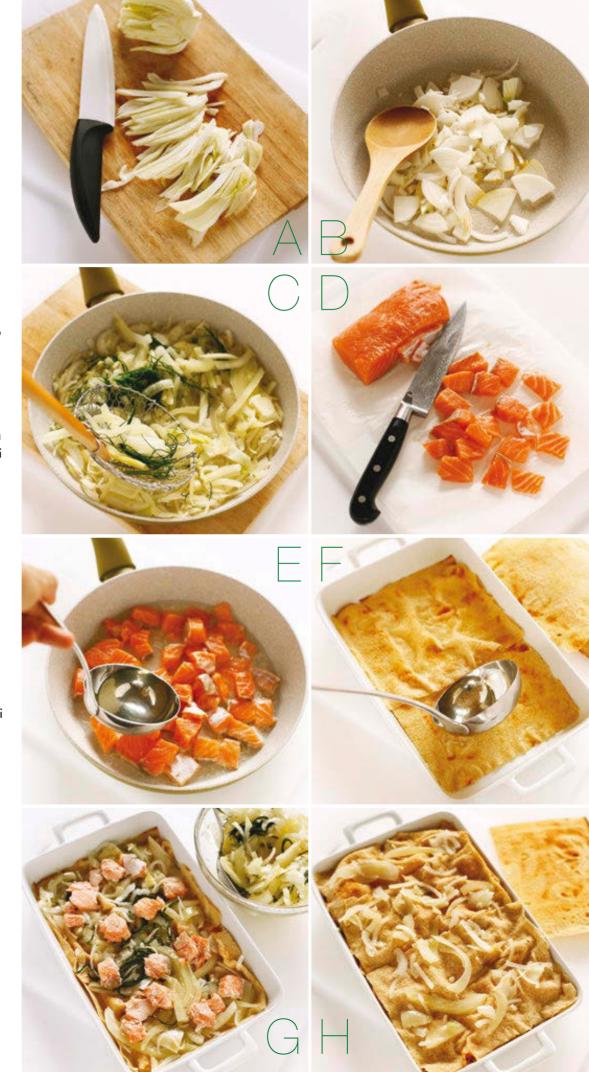
**350 g** di filetto di salmone (privato di pelle, lische e spine)
**280 g** di finocchi con le barbe
**200 g** di cipollotti
**9** fogli rettangolari di pane carasau (15x20 cm)
olio extravergine di oliva
sale marino integrale e pepe

**Preparazione**

**1.** Lavate i finocchi, eliminate le parti fibrose e tagliateli a fette (**foto A**). Lessatele in acqua bollente e leggermente salata insieme alle barbe per circa 2 minuti. Scolatele e tenetele da parte. Pulite i cipollotti e tritateli finemente. Fateli appassire in una larga padella con 2 cucchiai di olio (**foto B**). Unite i finocchi (**foto C**), bagnate con un mestolo della loro acqua di cottura e fate cuocere finché le verdure saranno morbide ma ancora sode.

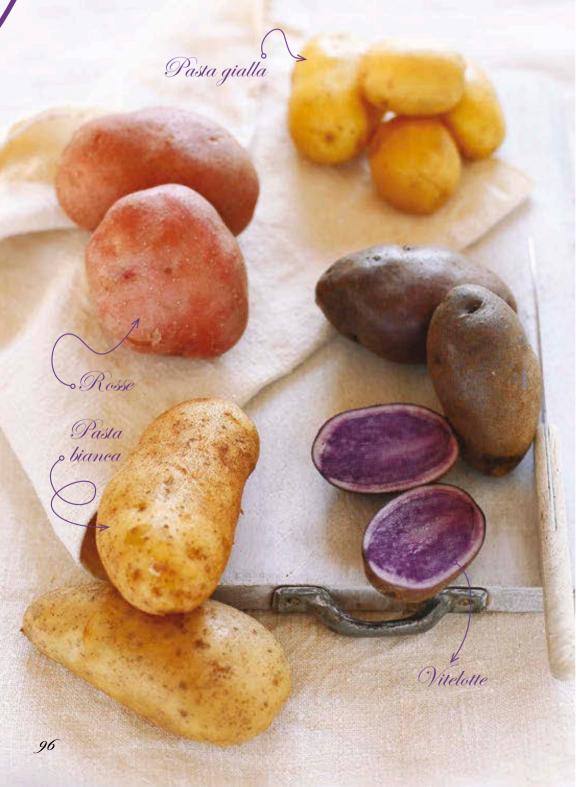
**2.** Sciacquate i filetti di salmone, scolateli e tagliateli a cubetti (**foto D**). Trasferiteli in una padella e fateli cuocere per circa 2-3 minuti a fuoco dolce con un paio di cucchiai di acqua di cottura dei finocchi (**foto E**) e un pizzico di sale.

**3.** Ungete una teglia rettangolare (da circa 20x28 cm) e sistemate sul fondo 3 fogli di pane carasau, leggermente accavallati. Bagnateli in maniera uniforme con un mestolo di acqua di cottura dei finocchi (**foto F**). In alternativa, potete immergere i fogli di pane nell'acqua e poi scolarli.

**4.** Disponete uno strato di finocchi e cipollotti sul pane e distribuite sopra i cubetti di salmone (**foto G**). Profumate con una macinata di pepe e ripetete la sequenza degli ingredienti fino a ottenere un secondo strato.

**5.** Coprite con altri 3 fogli di pane, bagnate con un mestolo di acqua, distribuite un paio di cucchiaiate di verdure (**foto H**) e irrorate con un filo di olio. Infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 30 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e servite.

# PATATISSIME!

BIANCA, GIALLA, ROSSA E VIOLA. LA PATATA, IN TUTTE LE SUE SFUMATURE DI COLORE, È L'INTERPRETE SOPRAFFINA DELLE RICETTE FIRMATE PATRIZIA FORLIN. A PATTO DI SCEGLIERE LA VARIETÀ PIÙ GIUSTA IN BASE AL TIPO DI PREPARAZIONE

a cura della redazione; ricette di **PATRIZIA FORLIN** - foto e styling di **STEFANIA ZECCA**

## Patate

**Pasta bianca:**
*polpa bianca, farinosa e con contenuto maggiore di amilosio, e tempi di cottura abbastanza veloci; fate attenzione perché tende a sfaldarsi velocemente. Ideale per purea, gnocchi e minestre. Le specie più comuni sono la Comasca, la tonda di Napoli, la Majestic.*

**Pasta gialla:**
*polpa gialla, soda e con maggior contenuto di amilosio, tiene molto bene le cotture. Ideale per le preparazioni in cui risulta importante la tenuta in cottura: come per quelle arrosto, bollite, saltate, fritte. La specie più comune è la Quarantina di Chioggia.*

**Rosse:**
*buccia di colore rosso e polpa gialla. Le più diffuse in Italia sono Asterix, Desirée e Rubinia. Possiedono una polpa particolarmente soda che le rende ideali per la frittura. Gli spicchi di patata, infatti, formano in cottura una crosticina croccante che impedisce all'olio di penetrare all'interno del prodotto. Si consiglia di mangiarla con la buccia, per questo le abbiamo scelte per la ricetta delle Jacket potatoes.*

**Vitelotte:**
*utilizzate anche per creare piatti d'effetto, per il loro colore viola, sono protagoniste di un grande classico della cucina, il potage parmantier. La buccia è piuttosto spessa e la polpa, abbastanza appiccicosa, profuma di nocciola e ha un sapore che ricorda la castagna.*

UN DELIZIOSO
INCONTRO TRA TERRA
E MARE CHE ASSICURA
L'ESTASI DELLA VISTA
E DEL PALATO.

*Parmantier viola*
*con pesce spada al sesamo*
*(pag. 100)*

IL "PIATTO DEL GIOVEDÌ" SI VESTE DI GOLOSITÀ GRAZIE AL SAPORE INCONFONDIBILE DEL GORGONZOLA, ADDOLCITO DALLE PERE.

*Gnocchi con crema al gorgonzola e pere*
*(pag. 100)*

**Acquisto e conservazione:**

- ✓ *la buccia delle patate non deve essere grinzosa e molle.*
- ✓ *Non devono avere germogli od occhi, eventualmente vanno tolti bene.*
- ✓ *Non devono avere parti verdi che indicano la presenza di solanina.*
- ✓ *Non devono avere ammaccatura nere, sintomo di marcescenza.*
- ✓ *Inoltre, una volta sbucciate, vanno lavate per togliere l'amido in eccesso, e conservate in recipienti con acqua fredda.*
- ✓ *Ricordate che una patata nuova di qualunque tipo ha sempre un contenuto maggiore di acqua di una vecchia, quindi per le patate bollite sono preferibili le seconde.*

*Siamo fusi e croccanti*
*(pag. 100)*

*UN PIATTO SFIZIOSO A BASE DI POLLO, AVVOLTO IN UNA PASTELLA LEGGERA E POI NELLE PATATE GRATTUGIATE.*

## *Parmantier viola con pesce spada al sesamo*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**800 g** di patate vitelotte
**400 g** di pesce spada a fette
**150 g** di porro; **200 g** di panna fresca
**600 ml** di acqua o brodo
**1** filoncino di pane al sesamo
semi di sesamo; olio extravergine di oliva
sale

**Preparazione**

**1.** Lavate le patate, sbucciatele e tagliatele a cubetti. Pulite il porro e tagliatelo a rondelle. Fatele appassire in una casseruola con 2 cucchiai di olio e un mestolino di acqua. Unite le patate e fate rosolare, quindi regolate di sale, versate l'acqua restante, incoperchiate e portate a cottura.

**2.** Quando le patate saranno cotte, frullate il tutto con l'aiuto di un mixer a immersione (fate attenzione a non prolungare troppo questa operazione: le patate diverrebbero eccessivamente collose). Unite la panna e fate riprendere il bollore per qualche minuto.

**3.** Passate le fette di pesce spada nei semi di sesamo, premendo bene per farli aderire. Fate scaldare 2 cucchiai di olio in una padella, sistemate le fette di spada e fatele scottare da entrambi i lati per qualche minuto. Regolate di sale. Togliete il pesce dalla padella, lasciatelo riposare per un paio di minuti e poi tagliatelo a cubetti.

**4.** Distribuite la crema di patate nei piatti da portata e sistemate sopra i cubetti di pesce spada. Accompagnate con una fettina di pane al sesamo e servite.

## *Gnocchi con crema al gorgonzola e pere*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**200 g** di panna fresca; **200 g** di gorgonzola; **40 g** di spinacini già puliti
**1** pera; Parmigiano Reggiano

**per gli gnocchi: 1 kg** di patate a pasta bianca; **400 g** di farina; **2** tuorli
**1 pizzico** di noce moscata; sale

**Preparazione**

**1.** Per gli gnocchi: lessate le patate con tutta la buccia in acqua fredda e salata, a fiamma dolce. Una volta cotte, scolatele, sbucciatele e schiacciatele con uno schiacciapatate. Raccogliete la purea in una ciotola e fatela raffreddare. Unite la farina, i tuorli e un pizzico di sale e di noce moscata, e impastate fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate dei piccoli gnocchetti, passateli uno a uno con i rebbi di una forchetta e teneteli da parte.

**2.** Per la crema: tagliate il gorgonzola a cubetti. Versate la panna in una casseruola, mettete sul fuoco e fate scaldare leggermente. Aggiungete il gorgonzola e fate sciogliere a fuoco dolce. Tritate gli spinacini, privati dei gambi, e aggiungeteli fuori dal fuoco alla salsa. Mescolate e tenete in caldo.

**3.** Sbucciate la pera, eliminate il torsolo e tagliatela a cubetti. Lessate gli gnocchi in acqua bollente e leggermente salata. Quando saliranno a galla, fateli cuocere per un altro minuto, scolateli e conditeli con la salsa. Aggiungete un po' di parmigiano e mantecate. Distribuite gli gnocchi nei piatti da portata, guarnite con i cubetti di pera e servite.

## *Siamo fusi e croccanti*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**4** fusi di pollo
**2** patate a pasta gialla
**50 g** di farina
**50 g** di amido di mais
**150 g** di acqua
**100 g** di valerianella
**1** limone
olio di semi di arachide
olio extravergine di oliva
sale e pepe

**Preparazione**

**1.** In una ciotola raccogliete la farina, l'amido di mais e un pizzico di sale, e miscelate. Versate l'acqua a filo e mescolate aiutandovi con una frusta fino a ottenere una pastella omogenea. Coprite e tenete da parte.

**2.** Passate i fusi di pollo sulla fiamma del fornello per eliminare eventuali piume; sciacquateli, sistemateli in una teglia, foderata con carta forno, e conditeli con un pizzico di sale e di pepe, e un filo di olio. Infornate a 140 °C e fate cuocere per circa 35 minuti.

**3.** Trascorso il tempo di cottura, sfornate, lasciate raffreddare ed eliminate la pelle dai fusi di pollo. Sbucciate le patate, lavatele e grattugiatele con una grattugia. Passate i fusi di pollo nella pastella e poi rotolateli nelle patate grattugiate. Friggeteli in abbondante olio di semi ben caldo. Quando saranno ben dorati, scolateli e fateli asciugare su carta assorbente da cucina. Trasferiteli nei piatti da portata, accompagnate con un po' di insalatina e uno spicchio di limone, e servite.

# *Patate vestite di salsa di yogurt tonno e capperi*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**4** patate rosse a pasta gialla (della stessa dimensione) qualche cappero dissalato
olio extravergine di oliva
sale grosso

**per la salsa di yogurt e tonno**
**250 g** di yogurt greco
**120 g** di tonno sott'olio
**4** capperi; sale

**Preparazione**

**1.** Lavate accuratamente le patate e tagliatele a metà nel senso della lunghezza. Incidetele con un coltellino e ricavate dei rombi nella polpa interna, per favorirne la cottura. Ungete una casseruola con un filo di olio. Cospargete il fondo con qualche grano di sale grosso e adagiate sopra le patate, mettendole dalla parte del lato piatto. Incoperchiate e fate cuocere per circa 40 minuti a fuoco dolce.

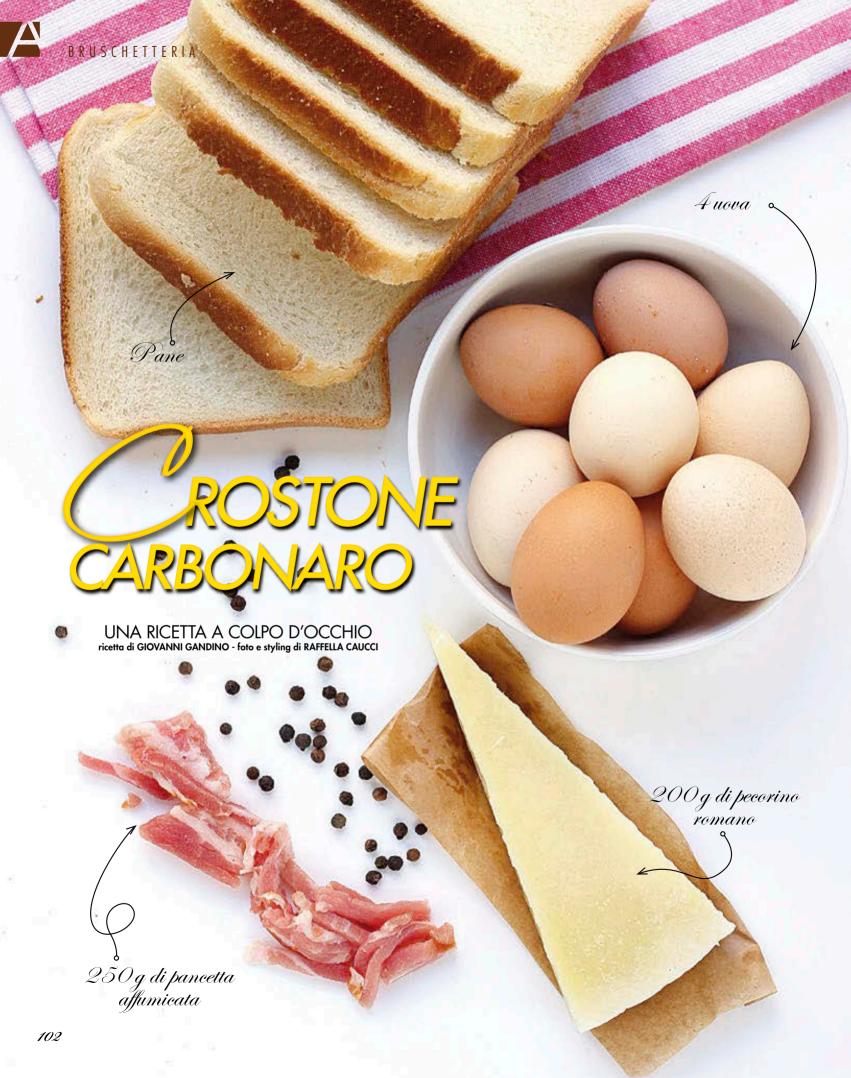
**2.** Trascorso il tempo di cottura, spegnete e lasciate riposare le patate coperte per almeno 10 minuti. Raccogliete lo yogurt, il tonno, ben scolato dall'olio di conservazione, e i capperi dissalati in un mixer da cucina e frullate fino a ottenere una salsa non troppo fine. Se necessario, regolate di sale.

**3.** Disponete le patate nei piatti da portata, velatele con la salsa di yogurt e tonno, guarnite con qualche cappero e servite.

*UNA RIVISITAZIONE DELLE "JACKET POTATOES", UN CELEBRE CONTORNO ANGLOSASSONE, RESO FRESCO E LEGGERO DA UNA SALSA ALLO YOGURT SPECIALE.*

# CROSTONE CARBONARO

UNA RICETTA A COLPO D'OCCHIO

ricetta di GIOVANNI GANDINO - foto e styling di RAFFELLA CAUCCI

**Ingredienti**

**per il pane**
**300 g** di farina di grano tenero (250 W)
**200 g** di farina rimacinata di grano duro
**5 g** di lievito di birra secco
**300 ml** di acqua fredda
**12 g** di sale di Maldon affumicato

**vi servono inoltre**
latte; vino bianco
olio extravergine di oliva; pepe

Preparazione

1. Fate la classica fontana con le farine e il lievito. Versate gradualmente l'acqua ben fredda e iniziate a impastare. Unite il sale e proseguite a lavorare fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate un panetto e fatelo riposare per una decina di minuti. Trasferitelo in una apposita cassetta, chiudete con il coperchio e fate lievitare per circa un'ora a temperatura ambiente.

2. Infornate a 220 °C e fate cuocere per una quindicina di minuti, quindi togliete il pane dalla cassetta e proseguite la cottura a 190 °C per altri 20 minuti. Una volta cotto, levate e lasciate raffreddare completamente.

3. Intanto sbattete le uova in una ciotola con un goccio di latte. Fate scaldare un filo di olio in una padella, versate le uova e strapazzatele, lasciandole morbide. Spegnete e tenete da parte. Tagliate la pancetta a cubetti. Fate scaldare una padella, unite la pancetta, sfumate con un goccio di vino e fate rosolare dolcemente.

4. Sformate il pane e tagliatelo a fette spesse circa 1,5 cm. Fatele tostare in forno o su una griglia per ottenere una crosticina dorata. Guarnite con le uova strapazzate, la pancetta affumicata, qualche scaglia di pecorino e una macinata di pepe, e servite.

# Quinto quarto

LE PARTI MENO NOBILI DELL'ANIMALE ACQUISISCONO GRANDE PREGIO CON LE RICETTE DI MASSIMO PICCHERI. SAPIENTEMENTE TRATTATE E ABBINATE, SI TRASFORMANO IN PIATTI DA VERI GOURMET

**ricette di MASSIMO PICCHERI (Le Officine del Gusto, Roma); foto e styling di AMBRA ORAZI; testi di FRANCESCO MONTEFORTE BIANCHI**

## Quattro quarti di nobiltà... più uno (di sostanza)

*Dice: la matematica non è un'opinione. Vero, mica sempre però. Prendete per esempio l'espressione "quinto quarto", ben nota a macellai e osti, soprattutto romani, soprattutto de' Testaccio, storico quartiere dell'Urbe, sede di un altrettanto storico macello, ormai scomparso. Palese contraddizione della matematica – dove non si scappa: se dividi per 4 un numero, i quarti di quel numero saranno sempre quattro – è il frutto o, meglio, la soluzione a un problema (tanto per rimanere in tema scuola) che, in un passato neanche poi troppo remoto, toccava i ceti meno abbienti della nostra penisola. E cioè: dati i costi proibitivi della carne, come fare per portarne in tavola almeno un po'? Soluzione: "accontentandosi" di quel che rimaneva degli animali macellati dopo che gli sciùri se ne erano accaparrate le parti più pregiate, ricavate, in caso di bovini, dai due quarti anteriori e dai due posteriori. E quel che rimaneva erano appunto i vari fegato, trippa, cervella, polmone, coda, lingua, rognone ecc. che, considerati nel loro insieme, hanno finito per acquisire a loro volta la dignità di "quarto", un quarto che non c'era, il quinto, appunto. E anche se non era di nobiltà, poco importa! Era, e lo è tutt'ora, di buona, buonissima sostanza!*

### Fegato di vitello

*Di sapore intenso e deciso è una delle frattaglie rosse più note e utilizzate. Al momento dell'acquisto deve risultare sodo e compatto, di un colore bruno non troppo intenso, e con una membrana liscia e brillante.*

### Trippa di vitello

*Alimento tradizionale in particolare della cucina milanese, toscana e romana, si ricava dalle pareti dello stomaco del bovino. Solitamente in macelleria si trova sbianchita, cioè già parzialmente lessata. Attenzione però che non sia troppo bianca, indice che è stata trattata in modo eccessivo. Una trippa di qualità ha un colore tendente al grigio e un aspetto ricciuto e irregolare.*

### Rognoni di vitello

*Sono i reni dell'animale. Appartenenti alla categoria delle frattaglie rosse, nei bovini si presentano con una superficie divisa in lobi (diversamente, per esempio, da quelli degli ovini, che sono invece lisci e a forma di fagiolo). La loro freschezza si riconosce dal colore, rosso vivo, e dalla consistenza, compatta. Ulteriore indice di qualità è la presenza di grasso, sodo e brillante, in superficie.*

### Pajata (o pagliata)

*Appartenente alla categoria delle frattaglie bianche è l'intestino tenue del vitellino da latte, contenente ancora il latte bevuto dall'animale (il cosiddetto chimo).*

### Animelle di vitello

*Appartenenti alla categoria delle frattaglie bianche, sono le ghiandole salivari dell'animale. Di forma allungata e tondeggiante tendono a scomparire con l'età adulta. Facilmente deperibili, vanno consumate entro breve tempo dall'acquisto.*

## *Conchiglioni con nodino di pajata*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**700 g** di pajata già pulita
**600 g** di conchiglioni (Senatore Cappelli)
**200 g** di passata di pomodoro
**120 g** di ricotta di pecora
**1** costa di sedano
**1** carota
**1** cipolla bianca; aneto
polline di finocchietto
pangrattato; vino bianco
olio extravergine di oliva
sale

**Preparazione**

**1.** Pulite gli odori, tagliateli a dadini e fateli rosolare in una casseruola con un filo di olio. Bagnate con 1 bicchiere di vino, unite la passata di pomodoro e la pagliata, tagliata a pezzi, salate e fate cuocere per circa 2 ore a fuoco lento.

**2.** Intanto lessate la pasta in acqua bollente e leggermente salata. Scolatela al dente (con circa 4 minuti di anticipo) e trasferitela in una teglia da forno, velata con un po' di sugo. Distribuite qualche pezzetto di pagliata all'interno di ciascun conchiglione e coprite con altro sugo.

**3.** Spolverizzate con un po' di polline di finocchietto e di pangrattato, e infornate a 200 °C per qualche minuto o comunque fino a quando non si sarà formata una crosticina dorata in superficie. Guarnite con qualche fiocchetto di ricotta e un po' di aneto, e servite.

## *Rognone di vitello con ricci e spugnole*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**600 g** di rognone di vitello; **8** ricci di mare; **100 g** di spugnole
qualche rametto di timo; vino bianco; olio extravergine di oliva; sale e pepe

**Preparazione**

**1.** Pulite il rognone, eliminate il grasso e tenetelo da parte.  Mondate le spugnole, lavatele per bene e tagliatele a fettine sottili. Fate scaldare un filo di olio in una padella, unite le spugnole e un pizzico di sale e fatele cuocere per circa 20 minuti sfumando con un goccio di vino a metà cottura.

**2.** In un'altra padella fate sciogliere il grasso del rognone tenuto da parte. Unite la carne e un pizzico di sale, e fate rosolare per una decina di minuti. Spegnete, lasciate intiepidire e poi tagliate il rognone a fettine. Rimettetele in padella, aggiungete le spugnole e lasciate insaporire per circa 5 minuti.

**3.** Nel frattempo aprite i ricci di mare con l'apposito attrezzo. Eliminate l'acqua e le alghette e sciacquateli sotto l'acqua corrente. Con un cucchiaino prelevate la polpa (solo la parte arancione). Distribuite il rognone con le spugnole nei piatti da portata, guarnite con la polpa dei ricci, profumate con una macinata di pepe e un rametto di timo, e servite.

# *Trippa lucana risottata*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**800 g** di trippa di vitello svezzato; **4** uova; **1** costa di sedano; **1** carota; **1** cipolla bianca; **1/2 l** di brodo di carne
**1 cucchiaio** di paprica
**8 foglie** di salvia
**qualche fettina** di pane casereccio; pecorino romano
peperoni cruschi; strutto
olio extravergine di oliva
sale e pepe

**Preparazione**

**1.** Pulite gli odori e tagliateli grossolanamente a pezzi (**foto A**). Portate a bollore una pentola colma di acqua con gli odori e un pizzico di sale, quindi sistemate la trippa intera (**foto B**), incoperchiate e lasciate cuocere per circa un'ora.

**2.** Trascorso il tempo di cottura, scolate la trippa e tenete da parte 1/2 l di acqua di cottura. Mescolatela al brodo di carne e tenete da parte. Tagliate la trippa a listerelle (**foto C**).

**3.** Rompete le uova in una ciotola e sbattetele con una manciata di pecorino grattugiato e un pizzico di sale e di pepe (**foto D**). Unite la trippa ormai fredda e mescolate (**foto E**). Fate scaldare un filo di olio e una noce di strutto in una padella antiaderente, unite la trippa e fate cuocere per circa 15 minuti, bagnando di tanto in tanto con il brodo.

**4.** A questo punto unite i peperoni cruschi a pezzetti (**foto F**) e lasciate insaporire per qualche minuto ancora. Distribuite la trippa nei piatti da portata, spolverizzate con un pizzico di paprica, guarnite con due foglie di salvia e qualche fettina di pane tostato, e servite.

A B C D

# *Trippa tiepida con fagioli del purgatorio*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**1,2 kg** di trippa di vitello
**300 g** di fagioli del purgatorio
già lessati
**300 g** di pomodorini
**1** costa di sedano
**1** carota; **1** cipolla; **1 ciuffo** di basilico
**1 ciuffo** di mentuccia; qualche rametto
di timo; **1** arancia
cannella; noce moscata
zucchero di canna
vino bianco
olio extravergine di oliva
sale e pepe

**Preparazione**

**1.** Lavate i pomodorini, tagliateli a metà e sistemateli in una teglia da forno. Conditeli con un filo di olio e un pizzico di sale, cospargeteli con un po' di zucchero di canna e infornateli a 200 °C per circa 20 minuti. Sfornate e tenete da parte.

**2.** Lessate la trippa in acqua bollente per circa 30 minuti, quindi scolatela e tenetela da parte. Pulite gli odori e tritateli, quindi fateli appassire in una casseruola con un filo di olio. Unite la trippa e lasciatela rosolare per qualche minuto. Bagnate con 1 bicchiere di vino e fate sfumare. Regolate di sale e di pepe, profumate con le erbe aromatiche, le spezie e la scorza dell'arancia grattugiata, e proseguite la cottura per una decina di minuti.

**3.** A questo punto aggiungete i fagioli lessati e lasciateli insaporire per qualche minuto ancora. Spegnete e fate intiepidire. Distribuite la trippa nei piatti da portata, completate con un filo di olio a crudo, qualche fogliolina di basilico e i pomodorini confit, e servite.

# *Animelle di vitello al tartufo nero con crema di piselli*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**4** animelle di vitello già pulite
**200 g** di pisellini
**1** scalogno
**1** tartufo nero
vino bianco
olio di semi di arachide
olio extravergine di oliva
sale e pepe

**Preparazione**

**1.** Fate scottare le animelle di vitello in acqua bollente per una decina di minuti, quindi scolatele e fatele riposare, sistemando un peso sopra, per circa 30 minuti. Pulite lo scalogno, tritatelo finemente e fatelo appassire in una padella con un filo di olio. Unite i pisellini, sfumate con un goccio di vino e fate cuocere per circa 10-15 minuti. Regolate di sale.

**2.** Raccogliete i piselli nel bicchiere di un mixer e frullate fino a ottenere una crema omogenea (tenete da parte qualche pisellino intero per la decorazione finale).

**3.** Fate scaldare abbondate olio di semi in una padella capiente. Tuffate le animelle e friggetele per circa 10 minuti. Quando saranno ben dorate e croccanti, scolatele e fatele asciugare su carta assorbente da cucina. Conditele con un pizzico di sale e di pepe.

**4.** Distribuite la crema di piselli nei piatti da portata. Adagiate sopra le animelle fritte e ultimate con un filo di olio a crudo. Guarnite con i pisellini tenuti da parte e qualche scaglietta di tartufo nero, e servite.

# *Fegato di vitello con anguilla di Comacchio e purè di albicocche*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**700 g** di fegato di vitello
**8** albicocche secche
**200 g** di anguilla di Comacchio affumicata
**2** arance
pistacchi di Bronte
aceto di vino bianco
olio extravergine di oliva
sale

**Preparazione**

**1.** Mettete le albicocche in ammollo in acqua tiepida per circa un'ora. Raccoglietele in un mixer da cucina, unite un goccio di acqua di ammollo e frullate fino a ottenere una purea omogenea.

**2.** Tritate finemente l'anguilla affumicata. Pelate al vivo 1 arancia e ricavate gli spicchi. Spremete il succo dell'arancia restante, unite un goccio di aceto, un filo di olio e un pizzico di sale, ed emulsionate per bene. Aggiungete gli spicchi dell'arancia e tenete da parte. Tagliate il fegato a tocchetti lunghi circa 5 cm e alti 1 cm. Fate scaldare un filo di olio in una padella antiaderente, unite i tocchetti di fegato e fateli cuocere 2 minuti per lato.

**3.** Velate i piatti da portata con il purè di albicocche e adagiate sopra un pezzetto di fegato e un po' di anguilla tritata. Coprite con un altro tocchetto di fegato e irrorate con l'emulsione preparata. Guarnite con qualche spicchio di arancia e i pistacchi tritati, e servite.

# FICO, GEMME E FRUTTI PREZIOSI DI FINE ESTATE

PIANTA ANTICHISSIMA, CARA ALLE PRIME CIVILTÀ DELLA STORIA, IL FICO GIUNGE ORA, IN SETTEMBRE, A PIENA MATURAZIONE PER REGALARCI GUSTO, ENERGIA E BENESSERE

**di MARTINA SALZA**

Appartenente alla grande famiglia delle *Moraceae*, dal tronco contorto e dalle grandi foglie scabre, il fico comune ha una storia lunga che viene dalla lontana Anatolia, dove i Greci, mischiandosi alla popolazione dei Cari (da cui il nome di *Ficus carica*) ne veneravano la sacralità, chiamandolo "l'Albero della vita".
Forse per questo si riteneva fosse il frutto destinato solo a oratori e filosofi.
La medicina popolare, più legata alla vita quotidiana, vedeva invece nei suoi semini, centinaia per frutto, un segno della sua vera forza, quella che feconda e dà la vita.
Non a caso, il fico sembra essere la prima pianta coltivata dall'uomo, addirittura undicimila anni fa.
Sicuramente è la sua abbondanza, come recita il Vecchio Testamento, a fare del fico una pianta così preziosa per il benessere del nostro organismo. Ma vediamo perché.

## Gemme preziosissime per gastrite e colite

Oggi, nella nuova fitoterapia, il fico occupa un posto di grande rilievo nel trattamento di tutte quelle malattie o semplici disturbi di origine psicosomatica, originati dallo stress e legati alla digestione, praticamente la maggior parte di quelle attuali.
È però nelle gemme che troviamo i suoi preziosissimi benefici. I giovani getti freschi riequilibrano, infatti, il ritmo biologico alterato dallo stress, prevenendo e curando una miriade di patologie: colite, alitosi, gastrite, meteorismo, depressione, tosse nervosa, insonnia, sindrome premestruale, tachicardia.
In tutti questi casi, il fico va assunto sotto forma di macerato glicerico o gemmoderivato, 30 gocce in poca acqua prima di ogni pasto.
Agisce subito e apporta benefici duraturi.

## Frutti gustosi e benefici per l'intestino

Tra le numerose proprietà del frutto (impropriamente detto), la più pronta a svolgere la sua funzione è quella lassativa.
I semi, le mucillagini e le sostanze zuccherine contenute

al suo interno, agiscono sul nostro intestino, stimolando la peristalsi. Essendo la sua azione efficace ma delicata, risulta particolarmente utile per i bambini.

## Per "tirarci su"

Grazie al suo contenuto in ferro, il frutto è indicato per combattere l'anemia. Ricco inoltre di vitamine, soprattutto del gruppo B, regala un pieno di energia e uno spuntino goloso. Va detto che, proprio per l'elevato contenuto in zuccheri, il fico viene sconsigliato a chi soffre di diabete.

## Per il cuore e la vista

Il fico contiene una buona percentuale di polifenoli, antiossidanti naturali che "fanno bene" al cuore, mentre la vitamina A costituisce il rimedio per eccellenza dei nostri occhi.

Come sfruttare allora i preziosi benefici del frutto?
Mangiandoli a colazione o a merenda. Tre o quattro al giorno costituiscono la dose ideale, poiché contengono 47 calorie per cento grammi.

## Per i bronchi e la gola

Il fico possiede importanti proprietà antinfiammatorie e lenitive. Per questo viene vantaggiosamente impiegato per sfiammare la gola arrossata e per i bronchi, soprattutto in caso di catarro.
In questi casi è utile il decotto.

## Decotto di fichi

6 fichi secchi
1/2 l di acqua
Mettete i fichi in un pentolino con l'acqua. Portate ad ebollizione e fate bollire per circa cinque minuti. Lasciate stiepidire e assumete tre cucchiai mattina e sera.

1

# C'ERA UNA VOLTA

## LA CONSERVA: COME TRADIZIONE VUOLE, QUESTO È IL PERIODO PER PREPARARE LE CONSERVE DA GUSTARE TUTTO L'ANNO. MA SE IL TEMPO PER FARLE NON C'È, ECCO LE IMMANCABILI IN DISPENSA. SEMPRE PRONTE!

di ANGELICA AMODEI

2

3

**1. Sapore di casa**
Indimenticabile il profumo del sugo che bolliva, magari per il pranzo della domenica. A quelle memorie del cuore sono ispirati i sei nuovi **sughi rustici** di **Cirio**, tre a base di verdure e tre con la carne, buoni proprio come quelli fatti in casa. Come il **ragù rustico** con vino bianco, o **pancetta del casale** con funghi e peperoni grigliati. Tutti preparati con ingredienti di alta qualità e pomodori 100% italiani. www.cirio.it

**2. Sicilianità**
La **caponata di melanzane** è uno dei piatti tipici della Sicilia, che racchiude storia, ricchezza e profumi di quella terra. L'azienda **Agromonte** ha da poco presentato la loro conserva "siciliana doc", scegliendo ingredienti di prima scelta, con procedimenti semplici e naturali. Considerata come un prelibato e saporitissimo contorno, può essere utilizzata anche per fantasiose farciture. www.agromonte.it

**3. Il mini San Marzano**
Dolcissimo, croccante, dalla polpa consistente è il Torpedino, pomodoro tutto italiano, di piccola taglia, di forma allungata, appartenente alla categoria dei mini San Marzano, che nasce nella Piana di Fondi. Raccolto e lasciato "riposare" per alcuni giorni, acquista una dolcezza superiore, che permette di ottenere sughi di elevata qualità gustativa. È proprio quando questi pomodori sono pronti al punto giusto che vengono realizzate le conserve della famiglia **Di Vito**, come la **passata**. www.torpedino.it

**4. Concentrato anti-age!**
Partendo dai principi della nutraceutica, disciplina che studia gli alimenti e le proprietà terapeutiche o preventive, è nato **My Pomodoro** da spalmare, di **My Eatness**, squisito al palato e ottimo per il nostro benessere. Il pomodoro è un antiossidante per antonomasia, che combatte, quindi, l'invecchiamento. Ideale per bruschette, per accompagnare piatti freddi o anche arrosti, formaggi freschi o stagionati. www.myeatness.com

**5. Sapore di mare e di terra**
Quando il mare si mescola con i frutti e i prodotti della terra della Calabria nascono i vasetti di **tonno Callipo**,

4

5

con **cipolle di Tropea**, con i **cuori di carciofo**, con la **'nduja calabrese** o i **pomodori secchi**. Ottimi da gustare come antipasto o sfizioso aperitivo con crostini di pane, secondo piatto, o come condimento per paste e risotti. www.callipogroup.com

## 6. Gusto fresco di mare

Carnose e profumate sono le **sardine**, lavorate a mano dall'azienda **Rizzoli Emanuelli**, da oggi sono conservate in olio extravergine di oliva da agricoltura biologica. Pesce azzurro, fonte di preziosi omega 3, conserva invariato nel vasetto il suo ricchissimo contenuto di proprietà nutrizionali. Disponibili anche le **alici**, sempre in vetro e in olio bio, ideali su crostini, ma anche in abbinamento a formaggi freschi, mozzarelle e burrate. www.rizzoliemanuelli.com

## 7. Come tradizione vuole

È vero che le melanzane e le zucchine ormai si trovano tutto l'anno, ma quelle di stagione, maturate al sole, hanno tutto un altro gusto. Ecco perché è usanza preparare vasetti di melanzane e zucchine sott'olio, con tutti i veri profumi dell'estate. Ma per chi non amasse il fai da te, **l'azienda agricola Pizzavacca** propone le sue pregiate conserve: **zucchini trifolati** o le **melanzane trifolate** sott'olio. www.pizzavacca.it

## 8. Contorno prelibato

Tutto il gusto della cicoria selvatica appena raccolta, chiusa in barattolo in ottimo olio extravergine di oliva. I ciuffetti di cicoria, che crescono spontanei sulle colline Pontine, sono raccolti e lavorati artigianalmente.
Un contorno perfetto, gustoso anche per farcire panini, focacce, pizze o piadine. **L'azienda Quattrociocchi**, propone nella sua linea di prodotti anche un **pâté di cicoria selvatica**. www.olioquattrociocchi.it

## 9. Profumo di basilico

Siamo in tanti a coltivare sul terrazzo piantine di basilico fresco, ma sono necessarie davvero tante foglioline per fare un pesto! Così ci ha pensato **Nattura**, che ha appena lanciato il suo **pesto di basilico 100% vegetale**, italiano e biologico, con anacardi, pinoli e olio di oliva. Come prepararlo in casa, senza aglio, squisito per condire non solo la pasta, ma da unire nei risotti, nelle carni lessate, accanto a pesci o insalate. Un tocco di sapore inconfondibile! www.nattura.it

## 10. Bontà del bosco

Versatile e ricca di gusto è la salsa tartufata dell'azienda **D'Amico**, un mix di sapori dei **funghi coltivati** e del **tartufo estivo**. Altrettanto ghiotto il **pesto di olive nere**, buono da consumare da solo o da spalmare, con pinzimoni di verdure fresche. Bastano poi un calice di buon vino e dei crostini, per servire un aperitivo sfizioso e originale, prêt-à-manger!

## 11. Matrimonio perfetto con i formaggi

Avete mai assaggiato un formaggio a pasta dura, a

lunga stagionatura, dal sapore strong, accompagnato da una marmellata o composta dal gusto dolce e deciso? Oppure una ricotta o robiola esaltata dal tocco piccante del peperoncino e la freschezza della fragola? L'azienda **Il bosco incantato** propone nuovissimi connubi prelibati al palato, per accompagnare i vostri piatti, specie formaggi freschi, a media o lunga stagionatura. Come la **confettura extra di fragole e peperoncino**, la **composta di pere e noci**. Disponibili anche fichi e noci o mele cotogne. www.storiediterraedidolcezza.it

# STEACK HOUSE

BISTECCHE E COSTATE SONO PROTAGONISTE DI QUATTRO RICETTE AD ALTO TASSO DI BONTÀ. COTTE A PUNTINO, PIÙ O MENO AL SANGUE A SECONDA DEI GUSTI, VENGONO SERVITE CON SALSE E RIDUZIONI DELICATE E GOURMET

**a cura della redazione; ricette, foto e styling di AMBRA ORAZI**

# Bistecca con olive e salsa chimichurri

**Ingredienti** (per 2 persone)

**2** bistecche di sottofiletto di vitello (alte circa 2 cm)
**100 g** di olive di Gaeta; **1** ciuffo di prezzemolo
qualche rametto di origano; **1 spicchio** di aglio
**1/2** cipollotto; **1** peperoncino; **1** limone; **3 cucchiai** di aceto di mele; olio extravergine d'oliva; sale e pepe

**per accompagnare**
**1 mazzetto** di carote con il ciuffo già cotte

*(preparazione a pag. 120)*

# *Bistecca con mele saltate e salsa al sidro*

**Ingredienti**
(per 2 persone)

**2** bistecche di sottofiletto di vitello (alte circa 2 cm)
**1** mela granny smith; **1 cucchiaino** di senape di Digione forte
**1 cucchiaino** di maizena
**1 cucchiaio** di miele; sidro di mele
burro; olio extravergine di oliva
sale e pepe

*(preparazione a pag. 120)*

## *Costata con salsa di peperoni e noci*

**Ingredienti** (per 2 persone)

**2** costate di vitello alte circa 2 cm; **2** peperoni rossi
**40 g** di gherigli di noce (più altri per la decorazione)
**1/2 spicchio** di aglio; **1 ciuffo** di prezzemolo
olio extravergine di oliva; sale e pepe

**per accompagnare**
**4** patate novelle cotte in forno

*(preparazione a pag. 120)*

## *Bistecca con olive e salsa chimichurri*

**Preparazione**
Ingredienti a pag. 117

**1.** Per la salsa: lavate e sfogliate il prezzemolo e l'origano. Raccoglieteli nel bicchiere di un mixer e unite l'aglio, il cipollotto, un pezzetto di peperoncino, il succo di limone, l'aceto di mele, 100 ml circa di olio e un pizzico di sale. Frullate per bene fino a ottenere una salsa omogenea. Trasferite in frigorifero e tenete da parte.

**2.** Tamponate le bistecche con un foglio di carta assorbente da cucina e profumatele con una macinata di pepe. Fate scaldare un filo di olio in una padella, unite le olive e lasciate insaporire per 1 minuto. Sistemate le bistecche e fatele cuocere circa 1-2 minuti per lato (a seconda del grado di cottura desiderato). Condite la carne con un pizzico di sale, avvolgetela in un foglio di alluminio e lasciate riposare per circa 5 minuti.

**3.** Trasferite le bistecche nei piatti da portata e tagliatele a fettine. Guarnite con le olive, la salsa chimichurri e qualche rondella di peperoncino, accompagnate con le carote e servite.

## *Bistecca con mele saltate e salsa al sidro*

**Preparazione**
Ingredienti a pag. 118

**1.** Sbucciate la mela, eliminate il torsolo e tagliatela a tocchetti regolari. Fate scaldare un filo di olio in una padella, unite la mela e la senape, e fate saltare il tutto a fuoco vivace per 5 minuti. Sfumate con un goccio di sidro e proseguite la cottura finché i cubetti di mela non saranno teneri ma ancora compatti. Spegnete, regolate di sale e tenete da parte.

**2.** Tamponate le bistecche con un foglio di carta assorbente da cucina e profumatele con una macinata di pepe. Fate scaldare un filo di olio e una noce di burro in una padella, sistemate le bistecche e fatele cuocere circa 1-2 minuti per lato (a seconda del grado di cottura desiderato). Condite le bistecche con un pizzico di sale, avvolgetele in un foglio di alluminio e lasciatele riposare per circa 5 minuti.

**3.** Versate 1 bicchiere di sidro nella stessa padella utilizzata per la carne, ben calda, e mescolate per staccare tutti i succhi coagulati sul fondo. Aggiungete il miele e incorporate per bene. Stemperate la maizena in un cucchiaio di sidro, versate in padella e mescolate con cura fino a ottenere una salsa addensata. Regolate di sale e di pepe.

**4.** Versate le mele nella salsa e lasciate insaporire per qualche minuto. Trasferite le bistecche ben calde nei piatti da portata, guarnite con le mele e la salsa al sidro, e servite.

## *Costata con salsa di peperoni e noci*

**Preparazione**
Ingredienti a pag. 119

**1.** Lavate i peperoni, asciugateli e sistemateli interi in una teglia, foderata con carta forno. Infornateli a 200 °C e fateli cuocere finché non saranno ben arrostiti. Toglieteli dal forno, chiudeteli ancora caldi in un sacchetto di plastica per alimenti e lasciateli raffreddare.

**2.** Una volta ben freddi, pelateli e tagliateli a metà. Eliminate semi e coste bianche interne, tagliateli a listerelle e raccoglieteli in un mixer da cucina. Unite le noci, l'aglio, un filo di olio e un pizzico di sale, e frullate per bene fino a ottenere una salsa omogenea.

**3.** Tamponate le costate con un foglio di carta assorbente da cucina e profumatele con una macinata di pepe. Fate scaldare un filo di olio in una padella. Sistemate le costate e fatele cuocere circa 1-2 minuti per lato (a seconda del grado di cottura desiderato). Condite la carne con un pizzico di sale, avvolgetela in un foglio di alluminio e lasciate riposare per circa 8 minuti.

**4.** Trasferite le costate nei piatti da portata e nappatale con la salsa di peperoni. Guarnite con qualche gheriglio di noce, tritato grossolanamente, e qualche fogliolina di prezzemolo, accompagnate con delle patate novelle e servite.

# *Costata con finferli e riduzione di merlot*

**Ingredienti** (per 2 persone)

**2** costate di vitello alte circa 2 cm
**500 g** di finferli; **1** bicchiere di merlot
**2 cucchiai** di zucchero
**1 rametto** di rosmarino
**1 spicchio** di aglio
burro; olio extravergine di oliva
sale e pepe

**Preparazione**

**1.** Per la riduzione di merlot: raccogliete in un pentolino il vino, lo zucchero e il rametto di rosmarino. Mettete sul fuoco e fate bollire fino a ottenere una consistenza sciropposa ma non troppo concentrata (raffreddandosi, la riduzione tenderà a rapprendersi ulteriormente).

**2.** Pulite i funghi e tagliateli a tocchetti non troppo piccoli. Tamponate le costate con un foglio di carta assorbente da cucina e profumatele con una macinata di pepe. Fate scaldare un filo di olio e una noce di burro in una padella. Sistemate le costate e fatele cuocere circa 1-2 minuti per lato (a seconda del grado di cottura desiderato). Condite la carne con un pizzico di sale, avvolgetela in un foglio di alluminio e lasciate riposare per circa 8 minuti.

**3.** Fate rosolare l'aglio nella stessa padella utilizzata per la carne con un filo di olio. Unite i funghi e fateli saltare a fiamma vivace per qualche minuto finché saranno teneri ma ancora sodi. Regolate di sale e di pepe. Trasferite le costate nei piatti da portata, guarnite con i finferli saltati e la riduzione di merlot, e servite.

# SOFFICI BONTÀ

## Crema di zucca

*Tagliate a dadini 100 g di zucca. Conditeli con un filo di olio e un pizzico di sale e di noce moscata, e infornate a 200 °C per circa 15 minuti, coprendoli con un foglio di alluminio. Sfornate e frullate con un mixer a immersione, versando a filo l'olio necessario a ottenere una crema liscia.*

## IL GURU DEI LIEVITATI, RENATO BOSCO, REALIZZA QUATTRO FOCACCE DAL SUCCESSO ASSICURATO. SOFFICI E BEN LIEVITATE, VENGONO CONFEZIONATE CON IMPASTI E FARINE SPECIALI E FARCITE CON GOLOSI INGREDIENTI DI STAGIONE

**a cura della redazione; ricette di RENATO BOSCO - foto di MAURO MAGAGNA; styling di FRANCESCA VERZINI**

### *Focaccia ortolana* impasto diretto

**Ingredienti**

**per l'impasto (per 3 focacce)**
**500 g** di farina tipo 0
**150 g** di acqua; **150 g** di latte
**5 g** di lievito di birra; **10 g** di sale
**10 g** di olio extravergine di oliva
(più altro per le teglie)
**1/2 cucchiaino** di malto d'orzo (o miele)

**per farcitura (per 1 focaccia)**
**60 g** di crema di zucca
**50 g** di zucchine; **20 g** di porro
**20 g** di mandorle a filetti
amido di mais
olio extravergine di oliva; sale

**Preparazione**

**1.** Per l'impasto: in una ciotola mescolate la farina con il lievito, il malto, il latte e 70 g di acqua. Aggiungete l'acqua restante, il sale e infine l'olio, e impastate fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate 3 palline, trasferitele in contenitori oleati, coprite con pellicola trasparente (o con un canovaccio umido) e fate lievitare per circa 4 ore. Stendete le focacce nelle teglie da 20 cm di diametro, ben unte di olio. Coprite e fate riposare per un'ora, quindi infornate in forno statico a 220-240 °C e fate cuocere per 10 minuti.

**2.** Intanto tagliate a listerelle il porro, passatele nell'amido di mais e friggetele in olio ben caldo. Levate e fate asciugare su carta assorbente da cucina. Tagliate a rondelle le zucchine e fatele saltare in una padella con un filo di olio e un pizzico di sale. Quando la focaccia sarà cotta, sfornatela e farcitela con la crema di zucca. Aggiungete le zucchine, il porro fritto e le scaglie di mandorla, e servite.

*QUESTO IMPASTO PUÒ ESSERE UTILIZZATO PER ARRICCHIRE IL CESTINO DEL PANE CON UNA FOCACCIA MORBIDA. PRIMA DI INFORNARE, AGGIUNGETE UN'EMULSIONE FATTA CON 100 G DI ACQUA, 50 G DI OLIO E 5 G DI SALE. SFORNATE LA FOCACCIA, LASCIATE RAFFREDDARE E POI TAGLIATE A QUADROTTI O SPICCHI.*

## *Focaccia imbottita*
impasto indiretto con lievitino

**Ingredienti**

**per il lievitino**
**100 g** di farina tipo 0
**60 g** di acqua
**15 g** di lievito di birra

**per l'impasto**
**400 g** di farina tipo 0
**90 g** di acqua
**150 g** di latte
**10 g** di sale
**10 g** di olio extravergine di oliva
(più altro per la teglia)
**1/2 cucchiaino** di malto di orzo (o miele)

**per la farcitura**
**150 g** di stracchino artigianale
**200 g** di prosciutto cotto di alta qualità
**120 g** di patate già lessate

**Preparazione**

**1.** Per il lievitino: impastate la farina con l'acqua e il lievito sbriciolato. Formate una piccola pallina e mettetela in ammollo nell'acqua tiepida (26-28 °C) in un contenitore cilindrico finché non verrà a galla e non avrà raddoppiato il suo volume (ci vorranno dai 15 ai 30 minuti). Per l'impasto: in una ciotola amalgamate la farina con il malto, il latte, l'acqua e il lievitino, ben strizzato. Aggiungete il sale e infine l'olio, e impastate fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, trasferitela in un contenitore oleato, coprite con pellicola trasparente (o con un canovaccio umido) e fate lievitare fino al raddoppio del volume a una temperatura di 26 °C (potete utilizzare il forno spento, con la lampadina accesa).

**2.** Stendete la focaccia in una teglia da forno (da 30x40 cm), spennellata con un filo olio. Coprite, lasciate lievitare per 30 minuti e infornate a 220-240 °C per circa 10 minuti. Sfornate e lasciate raffreddare. Tagliate a metà e spalmatevi lo stracchino. Aggiungete il prosciutto e le patate, tagliate a rondelle, e completate con un altro po' di stracchino. Chiudete e infornate a 220-240 °C per 3-4 minuti, quindi sfornate, tagliate a cubotti e servite.

# *Focaccia integrale con pancetta e coste*

impasto diretto

**Ingredienti**

**per l'impasto (per 3 focacce)**
**400 g** di farina tipo 1
**100 g** di farina integrale
**170 g** di acqua; **150 g** di latte
**5 g** di lievito di birra; **10 g** di sale
**10 g** di olio extravergine di oliva
(più altro per le teglie)
**1/2 cucchiaino** di malto di orzo (o miele)

**per la farcitura (per 1 focaccia)**
**50 g** di fiordilatte
**70 g** di pancetta stufata a fette
**100 g** di bieta a coste
**1 spicchio** di aglio
olio extravergine di oliva
sale

**Preparazione**

**1.** Per l'impasto: in una ciotola mescolate le farine con il lievito, il malto, il latte e 120 g di acqua. Aggiungete l'acqua restante, il sale e infine l'olio, e impastate fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, trasferitela in un contenitore oleato, meglio rettangolare e abbastanza profondo, coprite con pellicola trasparente e fate lievitare fino al raddoppio del volume a una temperatura di 26 °C. Stendete la focaccia in una teglia (da 30x40 cm), spennellata con un filo di olio. Coprite e fate riposare per un'ora, quindi infornate in forno statico a 220-240 °C e fate cuocere per 10 minuti.

**2.** Intanto lavate la bieta e dividete la parte verde da quella bianca. Tagliate a dadini la parte bianca e fatela saltare in una padella con un filo di olio e lo spicchio di aglio. Sbollentate la parte verde, scolatela e fatela raffreddare in acqua e ghiaccio. Prelevatela, asciugatela e conditela con un filo di olio e un pizzico di sale.

**3.** Sfornate la focaccia e distribuite sopra il fiordilatte, tagliato a fette, le coste bianche, la pancetta a fette e infine le foglie verdi. Infornate nuovamente a 220 °C per 3-4 minuti, quindi levate e servite.

## *Focaccia integrale con fichi pecorino e noci*

impasto diretto

**Ingredienti**

**per l'impasto (per 3 focacce)**
**400 g** di farina tipo 1
**100 g** di farina integrale
**170 g** di acqua
**150 g** di latte
**5 g** di lievito di birra
**10 g** di sale
**10 g** di olio extravergine di oliva (più altro per le teglie)
**1/2 cucchiaino** di malto di orzo (o miele)

**per la farcitura (per 1 focaccia)**
**60 g** di fiordilatte
**40 g** di pecorino romano
**2** fichi maturi
**6** gherigli di noce
**1 cucchiaino da caffè** di miele

**Preparazione**

**1.** Preparate l'impasto come nella ricetta precedente. Stendete le focacce nelle teglie da 20 cm di diametro, ben unte di olio. Coprite e fate riposare per un'ora, quindi infornate in forno statico a 220-240 °C e fate cuocere per 10 minuti.

**2.** Intanto lavate i fichi, sbucciateli e tagliateli a spicchi. Tritate i gherigli di noci grossolanamente. Sfornate la focaccia integrale, distribuite sopra il fiordilatte, tagliato a fette, e infornate a 200-220 °C per circa 3-4 minuti. Levate, aggiungete i fichi, il pecorino grattugiato, le noci e infine il miele, e servite.

*LE FARINE SEMINTEGRALI E INTEGRALI ASSORBONO PIÙ LIQUIDI RISPETTO A QUELLE RAFFINATE. PER QUESTO MOTIVO VERIFICATE LA CONSISTENZA DELL'IMPASTO E, SE NECESSARIO, AGGIUNGETE ALTRA ACQUA.*

# SAPORI VENETI

LA CUCINA DELLA TRADIZIONE VENETA VIENE RIVISITATA CON BRIO E GUSTO DALLE SORELLE NORMA E MARILDA, PROTAGONISTE DI "RISI E BISI". A GRANDE RICHIESTA, SU ALICE TV, CON NUOVE PUNTATE!

a cura della redazione; ricette di **MARILDA DONÀ** e **NORMA CARIOLATO** - foto e styling di **AMBRA ORAZI**

## Rotolo con ortica ricotta e pinoli

**Ingredienti (per 4-6 persone)**

**3** sfoglie di pasta all'uovo
**600 g** di germogli di ortica
**300 g** di ricotta
**80 g** di pinoli già tostati (più altri per la guarnizione)
**100 g** di Parmigiano Reggiano
**100 g** di pancetta
**100 g** di burro
**1** cipolla
**250 ml** di panna fresca
olio extravergine di oliva
sale

**Preparazione**

1. Lessate le sfoglie di pasta all'uovo in acqua bollente e leggermente salata. Scolatele molto al dente e raccoglietele in una ciotola con acqua fredda. Stendetele su una spianatoia e asciugatele con un canovaccio.

2. Tritate la cipolla e la pancetta. Fatele soffriggere in una casseruola con un filo di olio; aggiungete 450 g di germogli di ortica, bagnate con 1/2 bicchiere di acqua, incoperchiate e fate appassire per una decina di minuti. Spegnete e fate raffreddare.

3. Una volta fredda, tritate l'ortica e raccoglietela in una ciotola. Unite la ricotta, i pinoli e il parmigiano grattugiato, e amalgamate per bene. Spalmate il composto ottenuto sulle sfoglie di pasta e arrotolate. Trasferite i rotoli ottenuti in una teglia, cospargete con fiocchetti di burro e infornate a 180 °C per circa 30 minuti. Intanto lessate l'ortica restante in acqua bollente, scolatela e frullatela con la panna fresca e un pizzico di sale. Tenete da parte.

4. Trascorso il tempo di cottura, sfornate i rotoli e fateli raffreddare. Tagliateli a rondelle spesse e distribuitele nei piatti da portata. Irrorate con la crema tenuta da parte, guarnite con qualche pinolo e servite.

## Fusi di pollo gratinati

**Ingredienti (per 4-6 persone)**

**8** fusi di pollo
**3** uova
**1 bottiglia** di passata di pomodoro
**1 bicchierino** di cognac
**200 g** di insalatina mista
**1** limone
salsa worcestershire
pangrattato
sale e pepe

**Preparazione**

1. Togliete la pelle ai fusi di pollo. Raccogliete la passata di pomodoro in una ciotola, unite le uova, leggermente sbattute, regolate di sale, profumate con una macinata di pepe e mescolate per bene. Cospargete i fusi di pollo con alcune gocce di salsa worcestershire, immergeteli nella salsa di pomodoro e poi passateli nel pangrattato.

2. Trasferite i fusi di pollo in una teglia, foderata con carta forno, e infornate a 180 °C per circa 40-45 minuti. A metà cottura, bagnate con il cognac e proseguite la cottura. Quando saranno ben gratinati, sfornateli, accompagnate con l'insalatina mista e uno spicchio di limone, e servite.

# Melanzane con mortadella e asiago

**Ingredienti (per 4-6 persone)**

**8** melanzane lunghe
**8 fette** di mortadella abbastanza sottili
**200 g** di asiago
**1 ciuffo** di prezzemolo
burro
olio extravergine di oliva
sale e pepe

**Preparazione**

**1.** Lavate le melanzane e asciugatele per bene. Tagliatele a metà nel senso della lunghezza, svuotatele e tenete da parte la polpa. Disponete sopra ciascuna metà una fetta di mortadella. Tritate finemente la polpa della melanzana con il prezzemolo. Regolate di sale e profumate con una macinata di pepe.

**2.** Distribuite il composto ottenuto sopra ciascuna fetta di mortadella e poi aggiungete una fetta di asiago. Chiudete con l'altra metà della melanzana e legate per bene con spago da cucina.

**3.** Trasferite le melanzane in una teglia, foderata con carta forno bagnata e poi leggermente unta di olio, e cospargete con alcuni fiocchetti di burro. Infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 30 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate, lasciate intiepidire e servite.

EQUILIBRA È BELLEZZA E BENESSERE CON
MISS ITALIA®
by Patrizia Mirigliani

equilibra®

30 anni di benessere

## PERCHÉ LA CURCUMA?

La Curcuma è una pianta di origine asiatica, largamente utilizzata in cucina e conosciuta da secoli per le sue **proprietà digestive** ed **epatiche**.
È riconosciuta come **antiossidante** ed è impiegata per la **funzionalità articolare**.
Nelle donne può essere utile per **contrastare i disturbi del ciclo mestruale**.

- **Antiossidante**
- Per il contrasto dei **disturbi del ciclo mestruale**
- L'estratto di **Pepe Nero** coadiuva la **funzione digestiva** ed **antiossidante**
- Con **Vitamina E**

equilibra
Curcuma
a base di Curcuma, Vitamina E e Pepe nero (BIOPERINE®)
ANTIOSSIDANTE E BENESSERE
20 compresse
600 mg di curcuma
1 COMPRESSA
150 mg di curcuminoidi
SENZA GLUTINE
Integratore alimentare

**600 mg DI CURCUMA**
**150 mg DI CURCUMINOIDI**

www.equilibra.com
Seguici su

Gli integratori non vanno intesi quali sostituti di una dieta variata, equilibrata e di uno stile di vita sano.
In presenza di patologie, le informazioni riportate in nessun caso possono sostituirsi al parere del medico.
Per tutte le avvertenze e le modalità d'uso consultare le confezioni.

30 anni di benessere cultura sicurezza bellezza stile qualità filosofia passione fiducia ricerca benessere cultura sicurezza bellezza stile qualità filosofia passione fiducia

ABC INTERACTIVE

# La RICETTA della SALUTE

PIATTI GUSTOSI, SALUTARI, RIVITALIZZANTI. GRAZIE ALLE PROPRIETÀ DEGLI INGREDIENTII SCELTI. PER STARE E MANGIARE BENE

a cura della redazione; ricette di **FABIO CAMPOLI**
foto e styling di **VIRGINIA REPETTO**



1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

# Riso venere carioca

**Ingredienti** (per 4 persone)

**220 g** di riso venere
**480 ml** di acqua
**30 ml** di succo di limone
**1/2 cucchiaio** raso di curcuma
**1 spicchio** di aglio
**3 foglie** di salvia
olio extravergine di oliva; sale
**1** mango maturo
**1** peperoncino fresco

**per accompagnare**
fiori di zucca fritti in tempura

**Preparazione**

**1.** Sciacquate il riso sotto l'acqua corrente fredda, scolatelo e raccoglietelo in una casseruola. Versate l'acqua, mettete sul fuoco, incoperchiate e fate cuocere il riso per assorbimento per circa 45 minuti (si consiglia di non mescolare in cottura).

**2.** Mescolate il succo di limone con la curcuma e un pizzico di sale. Incorporate infine 30 g di olio. Appena il riso sarà cotto, spegnete il fuoco, aggiungete il condimento preparato, mescolate, coprite con la pellicola trasparente e lasciate riposare a temperatura ambiente per almeno 3-4 ore.

**3.** Fate rosolare lo spicchio di aglio, schiacciato, in una padella con un filo di olio e la salvia; unite il riso e fatelo saltare velocemente finché non diventerà ben croccante. Con un coppapasta distribuite il riso nei piatti da portata. Guarnite con dadini di mango e rondelle di peperoncino, accompagnate con i fiori di zucca e servite tiepido.

*Una freschissima insalata di riso dal gusto originale: scegliete di servirla con fiori di zucca croccanti in tempura per combattere ancor meglio l'astenia e il senso di stanchezza.*

**1.-8.** *Mango e peperoncino:* utili per combattere astenia e stanchezza

**2.** *Pomodori:* ricchi di vitamina C e licopene, sono considerati dei veri farmaci naturali

**3.** *Riso venere:* ricco di ferro e selenio, svolge un'importante azione antiossidante

**4.** *Curcuma:* fondamentale per la prevenzione e la cura di patologie reumatiche, dolori osteo-articolari e muscolari, infiammazioni croniche e patologie neurodegenerative

**5.** *Sciroppo d'agave:* dolcificante a basso carico glicemico

**6.** *Valerianella:* ha proprietà rivitalizzanti, diuretiche e depurative

**7.** *Lime:* ricco di vitamina C, è un potente antiossidante naturale

# *Scaloppina alla pizzaiola express*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**400 g di fettine** di vitellone
**250 g** di pomodorini tipo ciliegino
**200 g** di passata di pomodori pelati
**50 g** di olive taggiasche
**20** capperi dissalati
**1 spicchio** di aglio
**1 rametto** di origano
**4 foglie** di basilico
olio extravergine di oliva; sale

**per accompagnare**
**100 g** di valerianella

*Per contrastare il mal di testa di origine epato-digestivo, niente di più semplice di una carne di vitello alla pizzaiola, con tutti i benefici del pomodoro e delle erbe mediterranee. Ottima da servire con insalata di valerianella.*

**Preparazione**

**1.** Condite le fettine di vitellone con un pizzico di sale e un filo di olio da entrambi i lati. Fate scaldare una padella antiaderente, sistemate le fettine e fatele rosolare a fuoco vivace un paio di minuti. Levatele e tenetele da parte.

**2.** Fate scaldare 4 cucchiai di olio nella stessa padella utilizzata per la carne; unite lo spicchio d'aglio, schiacciato, e i capperi, incoperchiate e lasciate soffriggere dolcemente. Lavate i pomodorini, tagliateli a spicchi, conditeli con un pizzico di sale e fateli riposare per qualche minuto.

**3.** Unite i pomodorini in padella, coprite nuovamente, alzate la fiamma e lasciate cuocere finché non appassiranno naturalmente e inizieranno a rilasciare il loro succo. A questo punto aggiungete la passata, l'origano, le foglie di basilico spezzettate e le olive, e lasciate cuocere a fiamma dolce fino a ottenere una salsa addensata.

**4.** Quando la salsa sarà pronta, aggiungete la carne e lasciate insaporire per pochi minuti. Distribuite nei piatti da portata, accompagnate con la valerianella e servite.

## *Granita al lime e menta*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**35 g** di scorza di lime (tagliata a julienne sottile, sbollentata per 30 secondi)
**400 g** di zucchero
**250 g** di succo di lime fresco
**200 ml** di vino prosecco
**5 g** di foglie di menta

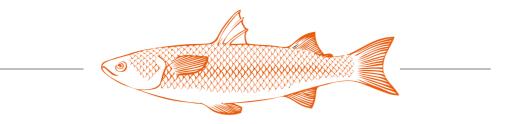
**per la decorazione**
sciroppo d'agave
peperoncino o cardamomo

*Un dessert dolce e freschissimo grazie a ingredienti semplici e naturali come il lime e la menta*

**Preparazione**

**1.** Tagliate la scorza di lime a julienne sottile e sbollentatela in acqua per 30 secondi. Raccogliete in un pentolino lo zucchero e 150 ml di acqua. Mettete sul fuoco e fate cuocere fino a raggiungere la temperatura di 121 °C. Spegnete, aggiungete 250 g di succo di lime e 35 g di scorza di lime e lasciate riposare per qualche minuto.

**2.** A questo punto unite 100 ml di acqua, il prosecco e la menta tritata, e amalgamate. Trasferite in freezer e fate congelare per circa 3 ore, avendo cura di mescolare di tanto in tanto la granita per rompere i cristalli di ghiaccio. Distribuite la granita nei bicchieri e guarnite con un filo di sciroppo d'agave. Aromatizzate a piacere con un pizzico di peperoncino o cardamomo e servite.

# Occhio da TRIGLIA

## DALLE CARNI PREGIATE, DELICATE E GUSTOSISSIME, LA TRIGLIA È PROTAGONISTA DI RICETTE SEMPLICI E RAFFINATE. CHE VI FARANNO LETTERALMENTE INNAMORARE

**a cura della redazione; ricette di MICHELE CHINAPPI (Ristorante Chinappi di Formia - Latina)**
**indicazioni e tabelle nutrizionali di Giuseppe Nocca - foto e styling di AMBRA ORAZI**

**Le triglie** comunemente commercializzate appartengono a due specie distinte: la triglia di fango (*Mullus barbatus*) e la triglia di scoglio (*Mullus surmuletus*), facilmente distinguibili poiché la prima presenta un colore rosso meno sgargiante della seconda, con un profilo della testa piuttosto tozzo. Durante la fase giovanile la specie si concentra sotto costa, in prossimità delle foci dei fiumi, e in qualche caso può risalirne il corso per alcuni metri, ma, una volta raggiunte le dimensioni da adulto, i pesci migrano verso il largo. La triglia di fango è un predatore che perlustra il fondale sabbioso con i suoi bargigli fino alla profondità di 300 metri, a caccia di piccoli crostacei e molluschi.

**Stagionalità:** la specie si riproduce durante l'estate quando si sposta a poca distanza dalla costa in funzione della temperatura dell'acqua, quando le sue carni hanno accumulato il grasso necessario per sostenere lo sforzo riproduttivo (6,2%). Il maggior numero di catture si verifica tra la fine dell'estate e l'inizio dell'autunno con reti da posta o con reti a strascico.

**Ecosostenibilità:** il consumo di esemplari di maggiori dimensioni consente di mantenere costante la popolazione della specie. Le reti a strascico intercettano ingenti quantità di individui ancora giovani che migrano verso il largo, con un inevitabile depauperamento della risorsa ittica; è preferibile consumare pesce adulto e maturo pescato con reti da posta.

**VINO IN ABBINAMENTO: CATARATTO**
Vitigno a bacca bianca diffuso in Sicilia, è dotato di buon corpo e alcolicità e, se vendemmiato precocemente, evidenzia note floreali e fruttate.

## *Girandole con pesto di basilico e triglia scottata*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**320 g** di girandole
**200 g** di filetti di triglia già puliti (con la pelle)
**1 ciuffo** abbondante di basilico
**20 g** di Parmigiano Reggiano
**20 g** di pecorino
**30 g** di pinoli già pelati
**1 spicchio** di aglio
olio extravergine di oliva
sale

**per la decorazione**
**1 ciuffetto** di basilico
pinoli già pelati e tostati

**Preparazione**

**1.** Preparate il pesto: sfogliate e sciacquate accuratamente il basilico. Tamponate le foglie con carta assorbente da cucina e raccoglietele in un mixer da cucina. Unite l'aglio, il parmigiano, il pecorino e i pinoli, e frullate versando a filo l'olio necessario a ottenere una salsa omogenea.

**2.** Fate scaldare un filo di olio in una padella antiaderente. Sistemate i filetti di triglia, mettendoli dalla parte della pelle, e fateli scottare per circa 5 minuti, fino a ottenere un bel colore ambrato.

**3.** Lessate la pasta in acqua bollente e leggermente salata. Scolatela al dente e versatela in un tegame; unite il pesto e mescolate sul fuoco per appena 1 minuto. Distribuite la pasta nei piatti da portata, completate con i filetti di triglia, guarnite con i pinoli tostati e qualche fogliolina di basilico, e servite.

**Preparazione**

**1.** Lavate le triglie e squamatele, raschiandole verso la testa con l'apposito attrezzo o con il dorso di un coltello. Per farlo, ed evitare di spargere squame tutt'intorno, potete squamarle dentro un sacchettino di plastica (**foto A**).

**2.** Incidete le triglie con le forbici, lungo tutto il ventre, partendo dal forellino anale fino alla testa (**foto B**).

**3.** Evisceratele, togliendo le interiora con le dita (**foto C**), e sciacquatele bene internamente. Quindi, se la ricetta lo prevede, eliminate la testa (ma non buttatela: insieme alle lische potrete utilizzarla, per esempio, per preparare un fumetto di pesce).

**4.** Sempre nel caso la ricetta lo richieda, procedete con la sfilettatura. Incidete il pesce con un coltello lungo il dorso fino alla coda. Quindi ripassate più volte la lama nell'incisione, affondandola sempre di più, seguendo la lisca centrale (**foto D**).

**5.** Staccate il primo filetto, tagliandolo all'altezza delle branchie (**foto E**). Girate il pesce dall'altra parte e, passando la lama del coltello tra la lisca e la polpa, procedete con il secondo filetto.

**6.** Per ultimo, passate un dito sulla carne, per individuare le spine, ed eliminatele con l'apposita pinzetta (**foto F**).

## *Carpaccio di triglia con champignon e menta*

**Ingredienti**
(per 4 persone)

**480 g** di filetti di triglia già puliti
**200 g** di champignon
**1** limone
**1 ciuffo** di menta
olio extravergine di oliva
sale

**Preparazione**

**1.** Sciacquate i filetti di pesce sotto l'acqua corrente fredda e poi tamponateli con carta assorbente da cucina. Sistemateli tra due fogli di carta forno e batteteli delicatamente con un batticarne.

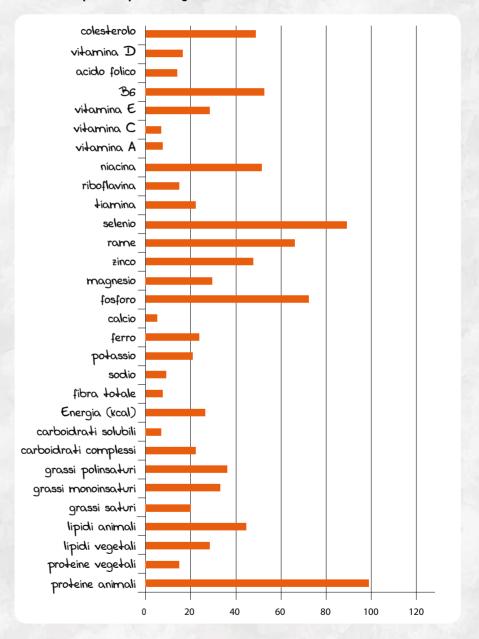
**2.** Pulite gli champignon, lavateli e tagliateli a fettine sottili. Raccoglieteli in una ciotola, irrorate con il succo di limone, conditeli con un filo di olio e un pizzico di sale, e mescolate per bene. Lasciate insaporire per una mezz'ora.

**3.** Distribuite il carpaccio di triglia nei piatti da portata. Sistemate sopra i funghetti e irrorate con il liquido di marinatura. Ultimate con un filo di olio a crudo, guarnite con qualche fogliolina di menta e servite.

**Gli autori di questa rubrica: da sinistra Giuseppe Nocca*, lo chef Salvatore Marcia, Anna e Michele Chinappi.**

## VALORI NUTRIZIONALI

**Il menu soddisfa completamente il fabbisogno giornaliero in proteine di origine animale, sebbene l'assunzione di colesterolo sia pienamente contenuta. Buoni gli apporti di sali minerali (ferro, fosforo, magnesio, zinco), tra cui predomina il selenio che presenta interessanti proprietà antiossidanti. Nei restanti pasti della giornata occorre privilegiare il consumo di proteine e lipidi di origine vegetale, oltre a frutta e verdura, per integrare il modesto apporto di fibra del menu.**

***Giuseppe Nocca è docente di Scienza dell'Alimentazione presso l'IPSSAR "A. Celletti" di Formia, Latina. È socio onorario della Associazione Cuochi del Golfo di Formia ed esperto di prodotti agricoli tradizionali.**

**Percentuale di soddisfacimento degli Apporti di Riferimento Giornaliero di alcuni nutrienti per un consumatore che conduca uno stile di vita sedentario a seguito della assunzione di 300 grammi di un menu composto da carpaccio di triglia, girandole con pesto di basilico e triglia con pomodorini e olive (fonte dati: SINU, banca Dati Istituto Europeo di Oncologia e CRAN).**

# *Triglia con pomodorini e olive di Gaeta*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**480 g** di triglie intere
**200 g** di pomodorini (varietà Torpedino)
**80 g** di olive nere di Gaeta
**200 ml** di vino bianco
**1 spicchio** di aglio
**1 ciuffo** di prezzemolo
olio extravergine di oliva
sale

**Preparazione**

**1.** Eviscerate le triglie ed eliminate la lisca centrale conservando la testa e la pinna caudale. Sciacquatele sotto l'acqua corrente fredda e poi tamponatele con carta assorbente da cucina. Lavate i pomodorini e tagliateli a metà. Fate rosolare l'aglio in un tegame con un filo di olio; sistemate le triglie e fatele scottare da entrambi i lati per circa 5 minuti.

**2.** Trascorso questo tempo, bagnate con il vino e fate sfumare. Quindi aggiungete le olive snocciolate e i pomodorini, e ultimate la cottura. Regolate di sale. Distribuite nei piatti da portata, profumate con un po' di prezzemolo tritato, ultimate con un filo di olio a crudo e servite.

# TEMPO DI FESTIVAL

MENS SANA IN CORPORE SANO, CON IL FESTIVAL DELLA MENTE DI SARZANA E QUELLI DEL PANE E DELLO SPECK IN ALTO ADIGE... PASSANDO PER ALTRE DESTINAZIONI GOURMET CHE UN FOOD TROTTER NON PUÒ IGNORARE

di **GIULIA MACRÌ**

## LA CUCINA DEL MANIERO

MONTALCINO (SI)

Al **Castello di Velona**, un esclusivo resort immerso nella campagna di **Montalcino** frequentato da celebrities, l'offerta gastronomica si è rinnovata con i menù firmati dal giovane e talentuoso chef Marco Brioschi, dove trionfano le eccellenze del territorio, il tartufo in primis. E per chi vuole apprenderne i segreti, cooking lesson con lo chef. Idem per la cantina, emblematica della zona vocata al Brunello. *info@castellodivelona.it*

## PENSIERO E AZIONE

SARZANA (SP)

La quattordicesima edizione del **Festival della Mente**, il primo festival in Europa dedicato alla creatività, che ha riscosso straordinario successo popolare, si terrà a **Sarzana** da venerdì 1 a domenica 3 settembre. Il concetto di "rete" è il filo conduttore di quest'anno, che verrà indagato da letterati, artisti, scienziati, psicologi, filosofi, storici, designer. *www.festivaldellamente.it*

## A OTTOBRE

MILANO

Cucina del benessere, piatti internazionali e cocktail party: partiranno in ottobre i nuovi corsi di **Congusto**, il primo campus culinario milanese per appassionati e professionisti, con 22 docenti e più di 2500 iscrizioni.

## DOLCE VITA

FIRENZE

Ha riaperto con tante belle – e buone – novità il **Ristorante Borgo San Jacopo** di **Firenze**, dopo mesi di ristrutturazione dell'intero complesso alberghiero. Non resta che scoprirle, magari in una delle animate cene mensili Spoon, che riprendono lunedì 11 settembre: alta cucina del geniale chef Peter Brunel, ospiti altrettanto illustri e stellati e una serata Spoon Special a sorpresa in programma.

## VIVA PANE E SPECK

SANTA MADDALENA - BRESSANONE (BZ)

Quest'anno la tradizionale **Festa dello Speck Alto Adige** in Val di Funes festeggia i 15 anni: il 30 settembre e il 1° ottobre, a **Santa Maddalena**, canti, danze e specialità regionali per fare onore al prodotto eccellente. Contemporaneamente, a **Bressanone**, si svolgerà il Mercato del Pane e dello Strudel Alto Adige - *www.mercatodelpane.it*

## WEEKEND BUCOLICO

LUCCA

Torna il 16 e 17 settembre il **Festival d'Autunno alla Piazza del Ciocco**, la tenuta a pochi chilometri da **Barga** (Lucca): un weekend a base di buon cibo e prodotti artigianali della valle del serchio, aperto al pubblico dalle ore 10 alle 19. Per info: *www.ciocco.it*

# AREZZO *Slow*

## AL CENTRO DELLA TOSCANA PIÙ RICCA DI FASCINO, AREZZO È UN TESORO CHE SI SVELA IN MAESTOSE OPERE D'ARTE E IN CREAZIONI DI ARTIGIANATO FINE, IN PREGIATO ANTIQUARIATO E IN CURIOSI BRIC À BRAC… E CHE CUCINA! RUSTICA E ANCORA VERACE, GRAZIE ALLA GENUINITÀ DELLA MATERIA PRIMA E DELLE TRADIZIONI ANCORA VIVE

**testi e foto di EMANUELA DE SANTIS**

Salvaguardata ancora dalle sue antiche mura, Arezzo è la città *slow* per eccellenza, da esplorare a piedi, magari quando le strade del centro storico sono affollate e ingombre dei banchi del mercato d'antiquariato e di artigianato, che ha decentrato in periferia le belle produzioni di oreficeria e pellami. Senza trascurare delle bellezze architettoniche e artistiche, di cui è ricca. E la cucina, sincera e verace, fiera delle proprie origini contadine e dei prodotti genuini del proprio territorio: gnocchi e *pici*, ribollita, carni di razza chianina, i famosi *grifi*, le guance di maiale in umido all'aretina.

**Corso Italia**, la grande arteria che taglia il centro storico, è il

1. La Fiera Antiquaria a Piazza Grande.
2. La statua di Ferdinando I de' Medici, posta in cima alla scalinata del Duomo.
3. La città in festa durante la Fiera Antiquaria.

## RIBOLLITA ALLA CASENTINESE

**di Lorenzo Pisini, chef di Logge Vasari**

**Ingredienti** (per 4 persone)
**120 g** di fagioli zolfini secchi
**400 g** di cavolo nero toscano
**180 g** di datterini; **2** carote; **3** coste di sedano
**1** cipolla; **220 g** di pane raffermo; **4** uova
**2** cucchiai di olio extravergine di oliva
sale e pepe

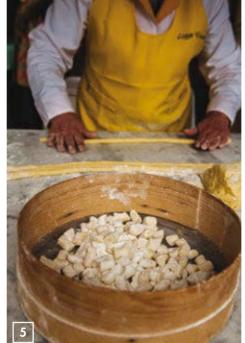
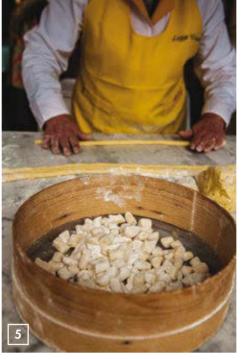
**Preparazione**

**1.** Mettete i fagioli in ammollo in acqua tiepida per 24 ore. Pulite gli odori, tritate la cipolla e fate a a rondelle il sedano e le carote. Fate stufare la cipolla in una padella con l'olio; aggiungete il sedano e le carote, e fate soffriggere per qualche minuto. Lavate i pomodorini, tagliateli a pezzetti e uniteli al soffritto.

**2.** Aggiungete il cavolo, mondato e tagliato a pezzi, e infine i fagioli, coprite con l'acqua a 50 °C e fate cuocere per circa 2 ore a fuoco medio. Regolate di sale e di pepe. Tagliate il pane a fette e tostatele leggermente. Versate la zuppa bollente nelle fondine di coccio e rompete un uovo in ciascun piatto. Guarnite con una fettina di pane e servite.

*fast track* che punta al cuore del salotto cittadino: **Piazza Grande**, la grande spianata in discesa disegnata dal Vasari che fa da scenografica *location* alla più tradizionale manifestazione aretina, la *Giostra del Saracino*. Il maestoso **loggiato**, che insieme alla Pieve Santa Maria forma l'intelaiatura monumentale della piazza, è il luogo del desinare, con i tavoli dei caffè e dei ristoranti sempre pieni di turisti e *locals*. Oggi ci ritroviamo la "*pastaia*", che impasta a mano gnocchi e *pici*, la tipica pasta fresca toscana di acqua e farina. Per i palati forti occorre spostarsi qualche decina di metri e infilarsi sotto le mura rustiche dell'Osteria l'Agania, dove ancora si preparano i *grifi* secondo la tradizione locale. **Casa Vasari** con i suoi preziosi affreschi e la **Casa natale del Petrarca** sono due mete *clou* dell'itinerario turistico che da qualche anno è stato stravolto dalle tappe irrinunciabili dei set de *La vita è bella*, il film Oscar di Roberto Benigni. Anche la **Chiesa di San Francesco**, che custodisce le Storie della Vera Croce dipinte da Piero della Francesca (prenotazione obbligatoria al tel. 0575 352727, www.pierodellafrancesca-ticketoffice.it) deve spartire la fila con l'antistante Caffè dei Costanti, una delle principali *location* del film, e punto d'incontro della *movida* locale. Sulla scalinata del **Duomo** è stata girata la scena del tappeto rosso steso dal personaggio interpretato da Benigni per far scendere la sua amata, ma lungo una navata all'interno non si può trascurare l'affresco di Maria Maddalena sempre di Piero della

3

4. Il locale SottolaPieve. 5. Gli gnocchi fatti a mano del ristorante Logge Vasari. 6. La macelleria Alfredo. 7. Pizzi moderni e tessuti antichi del negozio Portobello. 8. Il piano nobile dell'hotel Continentale. 9. Il baccalà all'aretina di Sottosale Hostaria Italiana. 10. La gastronomia Il Cervo. 11. L'Architettura dell'Interno Esseelle.

Francesca.
Anche chi non è appassionato di antichità non si può sottrarre alla visita della Casa Museo di Ivan Bruschi. È del collezionista aretino il merito di aver ideato la **fiera d'antiquariato**, che sul modello delle pulci parigine, si snoda per le principali vie del centro il primo fine settimana di ogni mese (ma attualmente sono state aggiunte altre date, da verificare sul sito www.fieraantiquaria.org): tra arredi e decor di modernariato e bijoux *vintage*. Il richiamo delle bancarelle coinvolge anche i negozi storici, che per l'occasione espongono *dehors* d'effetto, come Portobello e i suoi pizzi su piazzetta San Michele.
La gastronomia Il Cervo diffonde nell'aria il profumo della porchetta e per gli *aficionados* della chianina non resta che mettersi in fila davanti al banco di Alfredo, il macellaio più famoso della città.

## DORMIRE

### HOTEL CONTINENTALE

Nella piazza più centrale della città tra la stazione e le vie storiche è senz'altro l'albergo più famoso d'Arezzo anche per l'aperitivo al tramonto sulla terrazza panoramica ed il piano nobile affrescato con i ritratti dei grandi del Rinascimento. Prezzi: da 95 euro.
Piazza Guido Monaco 7
Arezzo, tel. 0575 20251
www.hotelcontinentale.com

### GRAZIELLA PATIO HOTEL

Ospitalità di gran carattere in un palazzo del centro storico con solo dieci camere ispirate ai viaggi di Bruce Chatwin: colore, originalità, design e qualche mobile di tradizione. Prezzi: da 121 euro.

Via Cavour 23, Arezzo
tel. 0575 401962,
www.hotelpatio.it

B&b 52 CENTO
Tra i tetti della città storica questo centralissimo Bed&breakfast vuole essere un omaggio a Benigni, con le camere tappezzate con i fotogrammi del film. Grande vista dalla terrazza della junior suite allestita per poltrire sui comodi lettini. Prezzi: da 80 euro.
Piazza Guido Monaco 9
Arezzo, tel. 346 8897460
www.52cento.it

9

## MANGIARE

LOGGE VASARI
Sotto le logge vasariane una cucina verace che non ti aspetti con i piatti forti della tradizione toscana: ribollita secondo tradizione, carne di chianina, pici e gnocchi fatti a mano in giornata da mano esperta.
Via Vasari 19, Arezzo,
tel. 0575 295894,
www.loggevasari.net

10

ANTICA OSTERIA L'AGANIA
Trattoria storica, da quattro generazioni serve tutti i piatti della robusta tradizione toscana compresi gli introvabili *grifi*, il guanciale di maiale in umido. Strapiena di habitué che a pranzo sbirciano il piatto del giorno nella cucina a vista.
Via Mazzini 10, Arezzo
tel. 0575 295381
www.agania.com

SOTTOSALE HOSTARIA ITALIANA
Dopo il successo della pizza napoletana un manipolo di giovani ristoratori partenopei si cimenta con la tradizione marinara del vicino mare, oltre al baccalà secondo la ricetta aretina. Serate a tema con degustazioni vini in abbinamento ai cibi.
Via Cavour 6, Arezzo
tel. 0575 24419
www.sottosalearezzo.it

## SHOPPING

STILNOVO
Per chi non rinuncia al souvenir gastronomico, è il posto giusto per fare il pieno di oli, sottoli e condimenti per sugo e bruschetta preparati come tradizione comanda.
Via L. Galvani 77/A, Arezzo
tel. 0575 380013
www.stilnovo-srl.it

LA CASA DEI SOGNI
Il regno dello *shabby chic* che si spartisce nei vari punti vendita del centro città. Assortimento completo per tutte le esigenze della casa: arredi, oggettistica, telerie, stoviglie in colori pastello e di sapore rétro.
Via Seteria 14, Arezzo
tel. 0575 294498
www.lacasadeisogniarezzo.it

MACELLERIA ALFREDO
Vietato partire da Arezzo senza una visita alla più rinomata macelleria di Arezzo: oltre alla celebre chianina e alle sontuose bistecche, fegatelli, trippa, salsicce fresche e stagionate, lardo, gote, pancette e capocolli.
Via Cavour 7, Arezzo
tel. 0575 356208

GASTRONOMIA IL CERVO
Grande assortimento di formaggi e salumi locali, vini doc oltre ai piatti della tradizione toscana da asporto o da consumare nella sala al piano superiore.
Via Cavour 38/40 angolo P.zza San Francesco, Arezzo
tel. 0575 20872

PORTOBELLO
Arsenico e vecchi merletti è il *leit motiv* di questo piccolo antro di fascino in cui si accumulano tessuti antichi e pizzi moderni, tovagliati fatti a mano e tante curiosità *vintage*.
Piazza San Michele 10
Arezzo, tel. 0575 353831

ESSEELLE
Sandra Locci,architetta d'interni, sfodera qui tutto il suo buon gusto ed espone una vetrina straripante di oggettistica d'epoca e d'autore, bijoux, porcellane, lampade, paralumi realizzati a misura; al piano sottostante una raffinata scelta di tessuti d'arredamento francesi e italiani.
Via Cesalpino 44, Arezzo
tel. 0575 181656

11

1

# I vini della SERENISSIMA

di GUIDO MONTALDO (@GWY_MONTALDO)

Dalle pianure che si aprono a tappeto delle alture dolomitiche e carsiche sino alla laguna veneziana, il territorio è ricamato da un fitto intreccio di filari di viti. La storia della viticultura si lega inevitabilmente alle vicende della Repubblica di Venezia e dei suoi traffici commerciali. Oggi, i pregevoli vini bianchi e rossi prodotti in questa ampia zona del Veneto nord-orientale sono tutelati dal Consorzio Vini Venezia. "Siamo uno dei pochi consorzi in Italia – spiega il suo direttore *Carlo Favero* – che dal 2011 riunisce sotto la propria tutela ben 5 denominazioni: Doc Venezia, Doc Lison-Pramaggiore, Doc Piave e le Docg Lison e Malanotte del Piave. Un territorio vasto e complesso: i vigneti si estendono dalla laguna fino alle Pre-Alpi, per una lunghezza di 60 km. La recente Doc Venezia nasce appunto da un progetto di studio della biodiversità di vigneti che furono impiegati durante l'epoca della Serenissima, e che sono stati recuperati dai vari chiostri e giardini di Venezia. Insomma, un modo per "degustare Venezia".

2

**1. VILLA SANDI ARTE PALLADIANA PER NOBILI BOLLICINE**

La villa, patrimonio culturale della terra trevigiana dal 1622 e giardino dei nobili veneziani, è un felice esempio di quel connubio tra arte e agricoltura. Sorge ai piedi delle colline trevigiane, tra le zone Docg del Prosecco di Valdobbiadene e del Montello e quelle Doc dei vini Piave e di Venezia. Giancarlo Moretti Polegato ha intuito e realizzato un punto di incontro per promuovere la cultura trevigiana. Aperta all'ospitalità 365 giorni all'anno, Villa Sandi offre ai curiosi del gusto e del bello un affascinante itinerario che si snoda attraverso giardini all'italiana, che si alternano a rustici, campi coltivati e vigneti. Un percorso degustativo sotterraneo che si snoda lungo 1,5 km sotto la Tenuta, tra botti e pupitre e che raggiunge la Villa palladiana. L'elogio alla cultura veneziana e trevigiana si realizza anche nella produzione di vini bianchi e rossi da vitigni autoctoni e internazionali come l'Incrocio Manzoni e il Raboso; il **Cabernet Sauvignon Venezia Doc,** dai piacevoli sentori di frutti di bosco conquista il palato con delicate sfumature di pepe rosa. Poco distante dalla villa palladiana, **Locanda Sandi** offre gustose avventure enogastronomiche. **www.villasandi.it.**

**2. VITICOLTORI PONTE ESPRESSIONE VITIVINICOLA DEL PIAVE**

Nata nel 1948 dalla volontà di un piccolo gruppo di viticoltori, che unirono le loro forze per affrontare la crisi del dopoguerra, Cantina Ponte, con 1.300 soci e 2.000 ettari di terreno distribuiti in tutto il Veneto, dal Nord di Venezia fino alle sponde del fiume Piave, è un punto di riferimento nell'ambito del territorio e del mercato. Una squadra ben affiatata, che opera all'unisono per proporre a migliaia di clienti in tutto il mondo la qualità dei propri vini, divulgando i valori della terra veneta. Qualità senza compromessi, su tutti i livelli di produzione, a prezzi veramente competitivi. Nel corso degli ultimi anni Cantina Ponte si è fatta promotrice di un progetto di miglioramento della produzione in vigna attraverso un capillare lavoro di informazione e di coinvolgimento nei confronti dei soci viticoltori, che ha permesso una scelta sempre più accurata dei terreni e delle uve. Il primo obiettivo, quello di dare identità ai singoli vigneti, valorizzandone le singole peculiarità, viene raggiunto con la presentazione della nuova linea **"Campe Dhei"**: il Prosecco Treviso Doc, il **Raboso Piave Doc** e il Manzoni Piave Doc. **www.viticoltoriponte.it**

**3. TENUTA POLVARO: IL VINO "D'ORO" DEI GIARDINI DI VENEZIA**

Nell'antica terra dei Dogi dove la storia è strettamente legata a quella della Serenissima Repubblica di Venezia, si colloca Tenuta Polvaro. Acquistata dalla famiglia De Zan Candoni nel 2009, riportando gli antichi splendori dei canoni dell'architettura seicentesca, questa meravigliosa proprietà è diventata in breve un'importante realtà nell'area del Lison Pramaggiore Docg. Il testimonial di questa viticoltura è il Tocai, o meglio il **Lison Pramaggiore**, da quando il nome Tocai è diventata prerogativa degli Ungheresi. Un'area privilegiata per il clima, temperato e ventilato per la vicinanza alle cime dolomitiche e alle Prealpi Veneto Fiulane a nord e al mare Adriatico a sud-est. Il suolo argilloso, ricco di minerali, salato e ben fertilizzato, crea un ambiente perfetto per la coltivazione delle viti. Tenuta Polvaro è un prezioso tesoro. Un'elegante villa dove, oltre a elaborare gustosi e piacevoli vini, gli spazi sono indicati per feste e matrimoni. La produzione della Tenuta Polvaro si concentra sui

vini tipici Doc del Lison Pramaggiore tra cui: Pinot Grigio, Chardonnay, Lison Classico (Tocai), Verduzzo, Cabernet Sauvignon, Merlot e Prosecco. **www. tenutapolvaro.com**

**4. SANTA MARGHERITA, ESPLORATORI DEL GUSTO**

Santa Margherita rappresenta la tensione a innovare, a creare e comprendere i mutamenti del gusto degli ultimi 60 anni del vino italiano. Fondato dal conte Gaetano Marzotto nel 1935, il Gruppo vinicolo Santa Margherita è cresciuto sino a diventare un vero e proprio "mosaico enologico" presente con proprie cantine e propri vigneti in alcune delle più belle aree viticole italiane: il Veneto Orientale, le colline di Conegliano-Valdobbiadene, l'Alto Adige, la Franciacorta, il Chianti Classico, la Maremma e la Sicilia. Tra gli anni '60 e '70 fu la fortunata

creatrice di un nuovo stile di Pinot grigio, con il **Pinot grigio Alto Adige Impronta del Fondatore,** diventato il vino-icona, capostipite di un'intera generazione di nuovi vini bianchi italiani. Erano gli albori della moderna enologia, in cui i vini bianchi si producevano spesso come quelli rossi, cioè a contatto con le bucce degli acini, senza quelle tecnologie che permettevano vini limpidi e profumati **www.santamargherita.com**

**5. TENUTA SANT'ANNA IL BRAND PIÙ NOTO E LONGEVO DEL GRUPPO GENAGRICOLA**

La Società di Assicurazioni Generali di Trieste, creò nel 1851, dopo vent'anni dalla sua fondazione, Genagricola, la prima proprietà agraria di un'assicurazione. La realtà agraria  comprende oggi venti aziende specializzate dal Piemonte alla Calabria. Tenuta Sant'Anna sorge nel Veneto Orientale, 50 km a est di Venezia ed è tuttora una delle più grandi realtà vinicole della zona, nonché la principale proprietà del Gruppo per estensione e produzione. Fin dagli anni '60, Tenuta Sant'Anna ha saputo infondere carattere e riconoscibilità ai propri vini che, grazie al dualismo territoriale, a cavallo tra la provincia di Treviso e il Friuli, hanno sviluppato due differenti anime. Da un lato vini austeri e tradizionali ispirati al rigore della viticoltura friulana, dall'altro la croccante effervescenza degli spumanti di tradizione veneta. Tenuta Sant'Anna si pone tra le capofila per riconoscibilità, dal Prosecco Doc agli spumanti Brut, tra cui una novità: **Maudit brut charmat lungo**, ampio e persistente al naso, con note fresche di pesca gialla, vera armonia tra freschezza e mineralità, intrigante con risotto alle fragole. **www. genagricola.it**

**6. PIZZOLATO VINO BIO E VEGANO**

La filosofia della cantina Pizzolato di Villorba (Tv), si identifica nella libellula che sorvola i vigneti, indice di un ambiente pulito, privo di contaminazioni chimiche e ricco della sua naturale biodiversità. Cinque generazioni di storia e tradizione, un lungo impegno nella produzione enologica nel rispetto della naturalità e della massima qualità, un'azienda che realizza passo dopo passo la sua idea di futuro. Sono queste le salde radici della famiglia Pizzolato. I vini prodotti dalla Cantina sono da sempre vini vegani, in quanto prodotti senza elementi di origine animale, come la bentonite, un minerale argilloso che chiarifica il vino. È importante precisare che il vino vegano, e in generale il vino biologico, mantengono il gusto, l'aspetto, il sapore e il grado alcolico del prodotto tradizionale. Tra tanti vini "buoni" abbiano scelto i**l Barbarossa Raboso Malanotte Docg biologico,** prodotto con Raboso, uva autoctona del Piave, intensi sentori di confettura di more, marasca che sfuma in aroma di cioccolato note speziate di liquirizia, pepe e tabacco.

**www.lacantinapizzolato.com**

# SALTATI IN PADELLA

L'ESTATE STA FINENDO? NON A TAVOLA. GRAZIE A QUATTRO GRANDI CLASSICI DI PESCE (DA PREPARARE IN PADELLA) CHE, GIÀ AL PRIMO BOCCONE, VI FARANNO SENTIRE ANCORA IN VACANZA

**a cura della redazione; ricette, foto e styling di STEFANIA ZECCA**

*Leccia all'acqua pazza*
*(pag. 156)*

*Triglie con erbe pangrattato e limone*
*(pag. 156)*

*Pesce spada con peperoni cipollotto e pomodoro*
*(pag. 156)*

*Per una versione agrodolce aggiungete una manciata di uvetta e il succo di 1/2 limone spremuto ai peperoni.*

## *Leccia all'acqua pazza*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**2** lecce da 500 g
già eviscerate
**10** pomodorini a grappolo
**2 spicchi** di aglio
**1 bicchiere** di acqua
**1 ciuffo** di prezzemolo
**1 ciuffo** di basilico
**5-6 grani** di pepe nero
olio extravergine di oliva
sale marino integrale

**Preparazione**

**1.** Lavate i pomodorini e tagliateli a pezzetti. Raccoglieteli in una padella e aggiungete l'aglio, qualche foglia di prezzemolo e di basilico, il pepe e un pizzico di sale. Versate l'acqua e portate a bollore.

**2.** Sciacquate per bene il pesce e sistematelo nella padella. Incoperchiate e fate cuocere per 5 minuti a fuoco dolce (l'acqua deve sobbollire). Togliete il coperchio, aggiungete 2 cucchiai di olio e proseguite la cottura per altri 15 minuti circa.

**3.** Una volta cotto, trasferite delicatamente il pesce in un vassoio, irroratelo con il sugo di cottura, guarnitelo con foglie di prezzemolo e di basilico, e servite.

## *Triglie con erbe pangrattato e limone*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**4** triglie grandi (oppure 8 piccole)
già eviscerate e squamate
**1 ciuffo** di prezzemolo
**5 foglie** di menta
**50 g** di pane raffermo
**1** limone
**1 bicchiere** di vino bianco
**1 spicchio** di aglio
olio extravergine integrale
sale marino integrale

**Preparazione**

**1.** Lavate le triglie, sgocciolatele per bene e asciugatele con carta assorbente da cucina. Fate scaldare 2 cucchiai di olio in una padella, unite le triglie e fatele rosolare su entrambi i lati girandole con delicatezza.

**2.** Sfumate con il vino, profumate con l'aglio e la scorza grattugiata del limone, e proseguite la cottura per circa 5-6 minuti rigirando il pesce un paio di volte. Regolate di sale.

**3.** Tritate al coltello il prezzemolo e la menta. Grattugiate il pane con una grattugia a fori larghi e fatelo tostare in una padella con un filo d'olio. Cospargete il pesce con le erbe tritate e il pangrattato, e proseguite la cottura per un altro minuto. Eliminate lo spicchio d'aglio, impiattate il pesce irrorandolo con il suo sughetto e servite.

## *Pesce spada con peperoni cipollotto e pomodoro*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**650 g** di pesce spada
tagliato a fette spesse
**2** peperoni gialli
**1** cipollotto
**50 g** di polpa di pomodoro
**1 ciuffo** di basilico
olio extravergine integrale
sale marino integrale

**Preparazione**

**1.** Lavate i peperoni, privateli dei semi e delle coste bianche interne, e tagliateli a listerelle. Pulite il cipollotto e fatelo a fettine. Fate scaldare 2 cucchiai di olio in una padella, unite le verdure, regolate di sale e fate rosolare dolcemente per circa 5 minuti. Unite la polpa di pomodoro, mescolate e proseguite la cottura finché i peperoni saranno morbidi.

**2.** Sciacquate le fette di spada, sgocciolatele per bene e asciugatele con carta assorbente da cucina. Fate scaldare 2 cucchiai di olio in un'altra padella, unite il pesce e fatelo rosolare su entrambi i lati girandolo con delicatezza. Proseguite la cottura per circa 5-6 minuti (la carne deve rimanere morbida) e regolate di sale.

**3.** Trasferite il pesce nei piatti da portata, accompagnate con i peperoni, guarnite con le foglie di basilico spezzettate e servite.

# *Sgombro alla cacciatora con olive capperi e patate*

**Ingredienti** (per 4 persone)

**4** sgombri già eviscerati
**400 g** di patate piccole
**1 bicchiere** di vino bianco secco
**2 cucchiai** di olive taggiasche snocciolate
**1 cucchiaio** di capperi dissalati
**2 spicchi** di aglio
**4 foglie** di alloro
olio extravergine di oliva
sale marino integrale

**Preparazione**

**1.** Sbucciate le patate, tagliatele a spicchi e lessatele in acqua leggermente salata, lasciandole al dente. Scolatele e tenetele da parte.

**2.** In una padella fate rosolare l'aglio con un filo di olio, l'alloro, i capperi e le olive. Aggiungete il pesce, ben lavato e sgocciolato, e fatelo dorare da entrambi i lati. Sfumate con il vino, incoperchiate e proseguite la cottura per 5 minuti. Regolate di sale.

**3.** A questo punto unite le patate e lasciate insaporire per altri 5 minuti o comunque finché il pesce sarà morbido. Trasferitelo delicatamente in un vassoio, contornatelo con le patate, irrorate con il sugo di cottura e servite.

# un MARE di BONTÀ

REALIZZATO CON PESCE FRESCO E CONSERVATO, IL POLPETTONE, DA OCCASIONE PER RICICLARE AVANZI, SI TRASFORMA IN PIATTO "PENSATO" MA UGUALMENTE SEMPLICE E VELOCE. DEGNO DEI PALATI PIÙ RAFFINATI

**a cura della redazione; ricette, foto e styling di AMBRA ORAZI**

## Polpettone di merluzzo alle zucchine e profumo di menta

**Ingredienti** (per 4-6 persone)

**300 g** di filetti di merluzzo già spellati e diliscati; **4** zucchine; **1** uovo; **1** limone **1 ciuffo** di menta; **1 spicchio** di aglio pangrattato; olio extravergine di oliva sale e pepe

**Preparazione**

**1.** Mondate le zucchine, tagliatene 2 a dadini e le altre a fette sottili, nel senso della lunghezza, utilizzando una mandolina. Scaldate un filo di olio in una padella con l'aglio, schiacciato. Eliminate quest'ultimo, unite la dadolatina di zucchine e fate saltare per qualche minuto, finché il fondo di cottura si sarà completamente asciugato.

**2.** Raccogliete i filetti di merluzzo nel bicchiere del mixer. Aggiungete la dadolatina di zucchine, profumate con un po' di menta e frullate a bassa velocità, fino a ottenere un composto omogeneo.

**3.** Trasferite il composto in una ciotola, unite l'uovo, profumate con la scorza grattugiata del limone, salate, pepate e amalgamate per ottenere un composto omogeneo. Se necessario, aggiungete un po' di pangrattato e amalgamate ancora. Modellate un polpettone, mettete in frigo e lasciate riposare per una mezz'ora.

**4.** Intanto, sbollentate le fette di zucchina per pochi secondi. Poi scolatele, passatele in acqua e ghiaccio per preservarne il colore e asciugatele. Quindi stendetele ben accostate su un doppio strato di carta forno. Disponete sopra il polpettone, avvolgetelo con le fette, e richiudete bene con la carta, facendo la classica caramella, legando le estremità con spago da cucina.

**5.** Immergete il polpettone in acqua bollente e fatelo cuocere per una ventina di minuti. Una volta a cottura, levatelo, liberatelo dalla carta, portate in tavola e servite, con qualche fogliolina di menta a mo' di decorazione.

## Polpettone di sgombro e ceci con salsa di capperi

**Ingredienti**
(per 6 persone)

**180 g** di sgombro sott'olio
**240 g** di ceci già lessati
**5-6 filetti** di alici sott'olio
**1** uovo; **1** peperoncino
concentrato di pomodoro
paprica dolce in polvere
pangrattato
olio extravergine di oliva
sale

**per la salsa di capperi**
**3 cucchiai** di capperi sotto sale
**2 ciuffi** di prezzemolo
**1 spicchio** di aglio
olio extravergine di oliva
sale

**Preparazione**

**1.** Sgocciolate lo sgombro e le alici, e raccogliete tutto nel bicchiere del mixer. Aggiungete i ceci e 3 cucchiai di concentrato. Unite l'uovo, 1 cucchiaino di paprica e un po' di peperoncino tritato, e frullate fino a ottenere un composto omogeneo. Regolate di sale, se necessario unite un po' di pangrattato e amalgamate ancora. Modellate un polpettone, avvolgetelo in un foglio di carta forno, mettete in frigo e lasciate riposare per una mezz'ora.

**2.** Per la salsa: dissalate i capperi, asciugateli e raccoglieteli nel bicchiere del mixer. Unite il prezzemolo e l'aglio, e frullate, aggiungendo a filo l'olio necessario a ottenere una salsa della giusta consistenza. Al termine, regolate di sale.

**3.** Passate il polpettone nel pangrattato, trasferitelo in una teglia, foderata con carta forno, condite con un filo di olio e infornate a 200 °C per una ventina di minuti. Levate, lasciate intiepidire e servite, con la salsa di capperi a parte.

# *Polpettone di tonno olive e capperi*

**Ingredienti** (per 4-6 persone)

**360 g** di tonno sott'olio; **1** patata; **3-4** pomodori ramati; **5-6 filetti** di alici sott'olio; **1 ciuffo** di basilico capperi sotto sale; olive nere snocciolate; maionese; olio extravergine di oliva; sale

**Preparazione**

**1.** Lessate la patata per 30 minuti a partire dal bollore. Scolatela, sbucciatela e passatela allo schiacciapatate, raccogliendo il passato in una ciotola. Sgocciolate il tonno dall'olio e mettetelo nel bicchiere del mixer. Aggiungete 60 g di olive nere, 1 cucchiaio di capperi, dissalati, e i filetti di alici e frullate a bassa velocita fino a ottenere un composto omogeneo. Unite al passato di patata, aggiungete un paio di cucchiai di maionese e amalgamate.

**2.** Foderate uno stampo rettangolare con un foglio di pellicola per alimenti, facendola sbordare. Riempite con il composto, battete lo stampo per compattare, ripiegate la pellicola, mettete in frigo e lasciate riposare per un paio d'ore.

**3.** Intanto, tagliate i pomodori a metà, eliminate i semi e l'acqua di vegetazione, tagliateli a concassé e conditeli con un po' di olio e un pizzico di sale. Profumate con qualche fogliolina di basilico e mescolate. Trascorso il tempo, levate il polpettone dal frigo, sformatelo, disponetelo in un piatto da portata e decoratelo a piacere con qualche rondella di oliva, maionese e capperi, dissalati. Completate con la concassé di pomodori e servite.

NEL PROSSIMO NUMERO
cucina A.L.I.C.E.
PIATTI da OSTERIA
DANIELE PERSEGANI
Anatra ripiena al forno
con salsa al vino rosso
IN EDICOLA DA FINE SETTEMBRE

# Risotto d'autore

ISPIRATO DALL'AMORE PER LA SUA TERRA, LO CHEF STELLATO NINO DI COSTANZO RIVISITA UN GRANDE CLASSICO DELLA TRADIZIONE GASTRONOMICA CAMPANA: IL PEPERONE *'MBUTTUNATO*. IL RISULTATO? UN PRIMO PIATTO RAFFINATO, MODERNO E DAL SAPORE AUTENTICO

a cura della redazione; bio di **FRANCESCA ROMANA BARBERINI**
ricetta di **NINO DI COSTANZO** - foto di **ALESSANDRO ROMITI**

Nino Di Costanzo

## *Risotto di semola al peperone imbottito*

**Ingredienti** (per 1 persona)

**80 g** di riso di semola
**1** peperone rosso centrifugato
**20 g** di parmigiano grattugiato
**50 g** di provolone del monaco grattugiato
**20 g** di olive di Gaeta
**20 g** di capperi dissalati
**20 g** di pane; **5 g** di prezzemolo tritato
**5 g** di erba cipollina tritata
qualche germoglio di basilico
**10 g** di burro salato di Normandia
olio extravergine di oliva; sale

**per la crema di peperoni rossi**
**100 g** di peperone rosso centrifugato
**300 g** di peperoni rossi già puliti
**1** scalogno; olio extravergine di oliva

**Preparazione**

**1.** Per la crema di peperoni rossi: tritate lo scalogno e fatelo appassire in una padella con un filo di olio; unite i peperoni a dadini, incoperchiate e portate a cottura a fiamma bassa. A tre quarti di cottura, unite il centrifugato di peperone. Frullate e passate al setaccio.

**2.** Mettete le olive e i capperi in una teglia, foderata con carta forno, e fate essiccare a 50 °C finché non saranno completamente disidratati. Levate, lasciate intiepidire e riducete il tutto in una polvere sottile.

**3.** Scaldate una padella antiaderente, cospargete il fondo con un po' di provolone del monaco grattugiato e fate dorare da entrambi i lati fino a ottenere una cialda. Levate, fate raffreddare e poi sbriciolate. Tritate finemente il pane e fatelo tostare in una padella con un filo di olio. Tenete tutto da parte.

**4.** Fate scaldare un filo di olio in una casseruola, unite il riso, mescolate e lasciate tostare. Portate a cottura il riso bagnando con un mestolo di centrifugato di peperone man mano che viene assorbito. Regolate di sale.

**5.** A fine cottura, incorporate la crema di peperoni e poi spegnete. Mantecate con il burro, il parmigiano, 20 g di provolone, il prezzemolo e l'erba cipollina. Mettete il riso in un piatto da portata e completate con la polvere di olive e capperi, la cialda sbriciolata e il pane tostato. Guarnite con i germogli di basilico e servite.

### NINO DI COSTANZO

Fin da giovanissimo, ha vissuto in luoghi dove si respirava la passione per la cucina: la mamma e la nonna hanno sempre avuto molta cura nel rispettare e tramandare i valori gastronomici tradizionali della Campania, e l'amore per i sapori della sua terra ha tracciato il suo percorso di studio e di lavoro. Ha trasformato la casa di famiglia in un magnifico approdo culinario sull'isola d'Ischia, Danì Maison, dove cura la creazione e realizzazione dei piatti e il magnifico giardino che accoglie l'ospite. Un posto dove Nino racconta le sue esperienze e spiega, con i suoi piatti, come l'essenza della tradizione campana possa rivivere grazie alla tecnica e all'inventiva moderna.

### TOCCO STELLATO

***• Nino Di Costanzo destruttura il peperone: da "contenitore" del ripieno a crema delicata e gustosa, perfetta per condire una specialità davvero unica, il riso di semola. Ottenuto dalla lavorazione delle migliori semole italiane, tra cui la varietà di grano duro Senatore Cappelli, e risultato di una lenta essiccazione, assicura un risultato molto elegante e dalla mantecatura più morbida.***

***• Olive, capperi e pane, ingredienti protagonisti del ripieno tradizionale, vengono fatti essiccare in forno oppure tostati in padella e poi tritati finemente in polvere. Il risultato è un concentrato di sapori incredibili e leggermente croccanti.***

**FABIO FIORENZA** NASCE A TORRE ANNUNZIATA, NAPOLI, NEL 1974,
DAI 15 ANNI FINO AI 19, LAVORA NELLA ZONA DI PAESTUM NEL MONDO DELLA RISTORAZIONE.

Specialista in impasti di qualità, Fabio consacra il suo futuro nella valorizzazione del prodotto più caratteristico e famoso della tradizione italiana: **LA PIZZA!**
Fiero della sua città Natale e portavoce di ciò che rende la pizza unica nel nostro paese, Fabio porta nel nord Italia una ventata del golfo partenopeo con la sua solarità e professionalità.

Corsi di formazione, riconoscimenti e clienti affezionati sono gli ingredienti della sua vita da Pizzaiolo con la P maiuscola, senza tralasciare il prezioso aiuto del suo staff!
**Ad Aicurzio**, un piccolo borgo della Brianza **Fabio Fiorenza** ha deciso di aprire **Made in Sud**, un bel locale, caldo e accogliente in grado di proporre una **pizza di qualità ad un prezzo decisamente concorrenziale.**

Siamo in Brianza, ma potrebbe sfidare Napoli per l'estremo rapporto qualità prezzo che lo contraddistingue.

La proposta è ampia, numerose le pizze bianche, una pizza del mese, una cucina ricca di tradizione che in alcune proposte strizza l'occhio ai grandi ristoranti.

Regalatevi un assaggio della bella Napoli, da Made in Sud!

*Ristorante Made in Sud*
*Via Roma 31, Aicurzio (MB)*
***Tel** 327 71524977*
*www.ristorantemadeinsud.com - info@ristorantemadeinsud.com*

## NEL 2006, A PRESENZANO, CASERTA, **SALVIO PASSARIELLO** INIZIA UN PROGETTO CHE RAPPRESENTA L'ESALTAZIONE DEL KM0.

**Salvio Passariello** cucina carni secondo le più recenti tecniche di cottura, grazie alla presenza delle stalle di famiglia, site a soli 10 mt dalla location del rinomato ristorante.

**Salvio** con uno dei suoi più fidati Sommelier, **Pasquale Di Muccio** disegna un Format di vera espressione Street Food, denominata **Chiancheria Gourmet**.
Numerosi sono gli avventori che quotidianamente trascorrono momenti ludici nello storico Agristor Le Due Torri e nel giovane e dinamico Chiancheria Gourmet.

È da questo successo, che nasce in Salvio e Pasquale il desiderio di realizzare qualcosa di unico che potesse lasciare il segno sul territorio: **Chiancamburger Nature.**
Si parte sempre da una Carne Selezionata nelle stalle di famiglia, poi trattamenti come taglio, trito e teneri massaggi solo con mani, **nessun aroma**, solo Fior di Sale di Cervia per la conservazione e poi **Acqua Minerale Ferrarelle**, che con la sua Anidride Carbonica naturale riesce a mantenere inalterata le caratteristiche: Visive, Olfattive e Gustative.

Non resta che dirigersi verso l'uscita Caianello A1, procedere verso Vairano e venire ad assaggiarlo.

***Le Due Torri***
*S.S. 85 Venafrana km 4700, Presenzano (CE)*
***Tel.*** *+39 0823 989518 -* ***Fax.*** *+39 0823 1894725*
*www.agristorduetorri.com - info@agristorduetorri.com*

# DATEVI UN TONO

DUE ACQUE TONICHE DISSETANTI E UNA BEVANDA A BASE DI YOGURT FRESCA E SPEZIATA. IDEALI PER DEPURARSI DOPO I BAGORDI ESTIVI

a cura della redazione; ricette, foto e styling di **STEFANIA ZECCA**

# *Lassi indiano con cardamomo anguria e menta*

**Ingredienti**

**700 g** di yogurt bianco
**350 g** di anguria
**300 ml** di acqua fredda naturale
**4** rametti di menta
i semi di **2 bacche** di cardamomo

**Preparazione**

**1.** Pestate i semi del cardamomo in un mortaio e trasferiteli in una caraffa. Unite l'acqua e lo yogurt e sbattete per bene con una frusta fino a ottenere una miscela omogenea. Profumate con 3 rametti di menta e trasferite in frigorifero per almeno 2-3 ore.

**2.** Lavate con cura l'anguria e tagliatela a spicchi. Togliete il lassi dal frigorifero e versatelo nei bicchieri. Unite l'anguria, decorate con qualche foglia di menta e servite.

*Il lassi è una bevanda a base di yogurt e acqua (o latte) originaria della regione del Punjab, a nord dell'India. Viene preparato tradizionalmente con yogurt, acqua (o latte), un pizzico di sale e una spolverizzata di cumino, e poi servito in accompagnamento al thali, un piatto tipico costituito da varie pietanze portate in tavola su un unico vassoio.*

## *Acqua con mirtilli susine limone e melissa*

*SI CONSERVA PER UN GIORNO IN FRIGORIFERO.*

**Ingredienti**

**2 l** di acqua effervescente naturale
**125 g** di mirtilli
**6** susine
**2** limoni
**4** rametti di melissa

**Preparazione**

**1.** Lavate accuratamente la frutta e tagliate a fettine i limoni e le susine. Trasferite il mix di frutta in una caraffa dotata di coperchio e riempite a filo con l'acqua. Unite le foglie di melissa e mescolate delicatamente.

**2.** Chiudete e trasferite in frigorifero per almeno 4-6 ore. Trascorso questo tempo, versate nei bicchieri e servite.

# *Acqua con ananas spinaci goji e limone*

*SI CONSERVA PER UN GIORNO IN FRIGORIFERO.*

**Ingredienti**

**2 l** di acqua effervescente naturale
**200 g** di polpa di ananas
**25 g** di spinacini
**1** limone
**20** bacche di goji

**Preparazione**

**1.** Sciacquate gli spinacini. Lavate accuratamente il limone e tagliatelo a fettine. Tagliate l'ananas a tocchetti.

**2.** Trasferite il mix di frutta e verdura in una caraffa dotata di coperchio, riempite a filo con l'acqua, unite le bacche di goji e mescolate delicatamente. Chiudete e trasferite in frigorifero per almeno 4-6 ore. Trascorso questo tempo, versate nei bicchieri e servite.

# LE BIONDE TRECCE

GIOVANNI GANDINO REALIZZA SEI TRECCE DI PANE MORBIDE E FRAGRANTI. CONFEZIONATE CON IMPASTI DIVERSI, VARIAMENTE AROMATIZZATI E FARCITI, SONO UNA PIÙ BELLA (MA SOPRATTUTTO BUONA) DELL'ALTRA

a cura della redazione; ricette di **GIOVANNI GANDINO**
foto e styling di **RAFFAELLA CAUCCI**

# Treccia di farina integrale cipolla e rosmarino

**Ingredienti**

**per l'impasto integrale**
**150 g** di farina (250 W)
**100 g** di farina integrale di grano tenero
**6 g** di lievito di birra fresco
**25 g** di burro; **130 ml** di acqua fredda
**6 g** di sale

**per l'impasto alla cipolla e rosmarino**
**500 g** di farina di grano tenero (250 W)
**12 g** di lievito di birra fresco
**260 ml** di acqua fredda
**12 g** di sale; **2 rametti** di rosmarino
**10 g** di cipolla in fiocchi
**50 g** di burro

**vi servono inoltre**
semi misti (lino, sesamo, papavero, girasole e zucca)
olio extravergine di oliva

*(preparazione a pag. 173)*

# *Treccia di grano duro pomodori secchi e olive taggiasche*

**Ingredienti**

**per l'impasto al pomodoro**
**150 g** di farina di grano tenero (250 W)
**100 g** di semola rimacinata di grano duro
**6 g** di lievito di birra fresco
**100 ml** di acqua fredda
**6 g** di sale; **30 g** di concentrato di pomodoro

**per l'impasto ai pomodori secchi e olive**
**350 g** di farina di grano tenero (250 W)
**150 g** di semola rimacinata di grano duro
**14 g** di lievito di birra fresco
**240 ml** di acqua fredda
**12 g** di sale; **100 g** di olive taggiasche già snocciolate
**20** pomodori secchi sott'olio

*(preparazione a pag. 173)*

## *Treccia di farina integrale cipolla e rosmarino*

**Preparazione**

Ingredienti a pag. 171

**1.** Per l'impasto integrale: fate la classica fontana con le farine, unite al centro il lievito sbriciolato e iniziate a impastare versando gradualmente l'acqua ben fredda. Incorporate il burro, reso a pomata, e infine il sale, e proseguite a lavorare fino a ottenere un composto omogeneo. Formate una palla, coprite con la pellicola trasparente e fate lievitare per circa 30 minuti.

**2.** Per l'impasto alla cipolla e rosmarino: fate la classica fontana con la farina, unite al centro il lievito sbriciolato e iniziate a impastare versando gradualmente l'acqua ben fredda. Incorporate il burro, reso a pomata, e infine il sale, e proseguite a lavorare fino a ottenere un composto omogeneo.

**3.** Dividete l'impasto a metà: in una incorporate la cipolla e nell'altra il rosmarino, tritato finemente. Impastate ancora fino a ottenere due composti lisci e rilassati. Formate due palle, copritele con pellicola trasparente e fatele lievitare per circa mezz'ora a temperatura ambiente.

**4.** Trascorso il tempo di riposo, con i tre impasti formate altrettanti filoncini e intrecciateli tra di loro fino a ottenere una treccia. Ripiegate le due estremità sotto la treccia. Trasferitela in una teglia, foderata con carta forno, coprite e lasciate lievitare per un'altra ora. Spennellate con un filo di olio e cospargete con i semi misti. Quindi infornate a 200 °C e fate cuocere per circa 20 minuti, o comunque fino a quando la treccia non sarà leggermente dorata in superficie. Sfornate e lasciate raffreddare completamente, quindi portate in tavola e servite.

## *Treccia di grano duro pomodori secchi e olive taggiasche*

**Preparazione**

Ingredienti a pag. 172

**1.** Per l'impasto al pomodoro: fate la classica fontana con le farine, unite al centro il lievito sbriciolato e iniziate a impastare versando gradualmente l'acqua ben fredda. Incorporate il sale e il concentrato di pomodoro, e proseguite a lavorare fino a ottenere un composto omogeneo. Formate una palla, coprite con la pellicola trasparente e fate lievitare per circa 30 minuti.

**2.** Per l'impasto ai pomodori secchi e olive: fate la classica fontana con le farine, unite al centro il lievito sbriciolato e iniziate a impastare versando gradualmente l'acqua ben fredda. Incorporate il sale e proseguite a lavorare fino a ottenere un composto omogeneo.

**3.** Dividete l'impasto a metà: in una incorporate le olive, tritate grossolanamente, e nell'altra i pomodori secchi, ben scolati e tagliati a julienne. Impastate ancora fino a ottenere due composti lisci e rilassati. Formate due palle, copritele con pellicola trasparente e fatele lievitare per circa mezz'ora a temperatura ambiente.

**4.** Trascorso il tempo di riposo, con i tre impasti formate altrettanti filoncini e intrecciateli tra di loro fino a ottenere una treccia. Ripiegate le due estremità sotto la treccia. Trasferitela in una teglia, foderata con carta forno, coprite e lasciate lievitare per un'altra ora. Quindi infornate a 200 °C e fate cuocere per circa 20 minuti, o comunque fino a quando non sarà leggermente dorata in superficie. Sfornate, lasciate raffreddare completamente e tagliate a fettine.

*Treccia di farro speck e montasio*

**Ingredienti**

**per l'impasto al farro**
**150 g** di farina di grano tenero (250 W)
**100 g** di farina integrale di farro
**6 g** di lievito di birra fresco
**130 ml** di acqua fredda; **6 g** di sale

**per l'impasto al montasio e speck**
**500 g** di farina di grano tenero (250 W)
**12 g** di lievito di birra fresco
**260 ml** di acqua fredda; **12 g** di sale
**30 g** di montasio stravecchio
**150 g** di speck

**vi servono inoltre**
semi di papavero
olio extravergine di oliva

**Preparazione**

**1.** Per l'impasto al farro: fate la classica fontana con le farine, unite al centro il lievito sbriciolato e iniziate a impastare versando gradualmente l'acqua ben fredda. Incorporate il sale e proseguite a lavorare fino a ottenere un composto omogeneo. Formate una palla, coprite con la pellicola trasparente e fate lievitare per circa 30 minuti.

**2.** Per l'impasto al montasio e speck: fate la classica fontana con la farina, unite al centro il lievito sbriciolato e iniziate a impastare versando gradualmente l'acqua ben fredda. Incorporate il sale e proseguite a lavorare fino a ottenere un composto omogeneo.

**3.** Dividete l'impasto a metà: in una incorporate il montasio, grattugiato, e nell'altra lo speck, tagliato a dadini. Impastate ancora fino a ottenere due composti lisci e rilassati. Formate due palle, copritele con pellicola trasparente e fatele lievitare per circa mezz'ora a temperatura ambiente.

**4.** Trascorso il tempo di riposo, con i tre impasti formate altrettanti filoncini e intrecciateli tra di loro fino a ottenere una treccia. Ripiegate le due estremità sotto la treccia. Trasferitela in una teglia, foderata con carta forno, coprite e lasciate lievitare per un'altra ora. Quindi spennellate con un filo di olio e spolverizzate con i semi. Infornate a 200 °C e fate cuocere per circa 20 minuti, o comunque fino a quando non sarà leggermente dorata in superficie. Sfornate, lasciate raffreddare completamente e tagliate a fettine.

## Treccia a 6 di castagne e prosciutto crudo

**Ingredienti**

**850 g** di farina di grano tenero (250 W)
**150 g** di farina di castagne
**30 g** di lievito di birra fresco
**550 ml** di acqua fredda
**22 g** di sale
**300 g** di prosciutto crudo

**Preparazione**

1. Fate la classica fontana con le farine, unite al centro il lievito sbriciolato e iniziate a impastare versando gradualmente l'acqua ben fredda. Incorporate il prosciutto crudo, tagliato a cubetti, e il sale, e proseguite a lavorare fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, copritela e fatela lievitare per una decina di minuti.

2. Spezzate l'impasto in 6 parti uguali e formate dei filoncini. Saldate i capi a un'estremità e disponeteli a ventaglio. Prendete l'ultimo filoncino in alto a destra e portatelo in alto a sinistra. Prendete quello che era il primo a sinistra, e ora è diventato il penultimo, e portatelo a destra. Separate a 2 a 2 i capi rimasti in basso (quest'operazione dovrà essere fatta a ogni passaggio).

3. Prendete il filoncino in alto a sinistra e portatelo al centro, fra le 2 coppie di capi. Prendete il penultimo di destra e portatelo in alto a sinistra. Prendete l'ultimo in alto a destra e portatelo al centro. Prendete il penultimo di sinistra e portatelo in alto a destra. Prendete l'ultimo in alto a sinistra e portatelo al centro. Prendete il penultimo capo di destra e portatelo in alto a sinistra. Prendete l'ultimo in alto a destra e portatelo al centro. Prendete il penultimo capo di sinistra e portatelo in alto a destra. Procede in questo modo fino a esaurire la pasta, quindi chiudete la treccia premendo bene i capi e ripiegando le estremità.

4. Coprite la treccia e lasciatela lievitare per un'altra ora. Infornate a 200 °C e fate cuocere per circa 20 minuti, o comunque fino a quando la superficie sarà leggermente dorata. Sfornate, lasciate raffreddare e infine tagliate a fette.

## *Treccia di pan brioche*

**Ingredienti**

**470 g** di farina (220 W)
**30 g** di fiocchi di patata
**12 g** di lievito di birra fresco
**300 g** di acqua
**1** uovo
**50 g** di zucchero
**30 g** di burro morbido a pezzetti
**10 g** di sale
semi di sesamo bianchi e neri
latte

**Preparazione**

**1.** Fate la classica fontana con la farina e i fiocchi di patata; unite al centro il lievito di birra sbriciolato e un pochino di acqua, e iniziate a impastare. Incorporate l'uovo e l'acqua rimanente, e lavorate ancora.

**2.** A questo punto aggiungete lo zucchero e il sale, e amalgamate per bene gli ingredienti. Incorporate il burro e proseguite a impastare fino a quando il composto sarà ben incordato (ovvero quando sarà elasticissimo e si staccherà formando un unico blocco). Realizzate una palla, copritela con la pellicola trasparente e lasciate lievitare a temperatura ambiente per circa 40 minuti.

**3.** Trascorso il tempo di riposo, dividete l'impasto in tre e formate dei filoncini. Intrecciateli tra di loro, fino a ottenere una treccia, ripiegate le due estremità sotto la treccia, coprite e fate lievitare per circa 50 minuti. Spennellate la treccia con un goccio di latte, cospargete con i semi di sesamo e infornate a 190 °C per una ventina di minuti. Sfornate, lasciate raffreddare e infine tagliate a fette.

## *Treccia al Parmigiano Reggiano e noci*

**Ingredienti**

**500 g** di farina di grano tenero (250 W); **12 g** di lievito di birra fresco; **260 ml** di acqua fredda; **12 g** di sale; **100 g** di gherigli di noce ; **30 g** di Parmigiano Reggiano grattugiato

**Preparazione**

**1.** Fate la classica fontana con la farina, unite al centro il lievito sbriciolato e iniziate a impastare versando gradualmente l'acqua ben fredda. Incorporate il sale e proseguite a lavorare fino a ottenere un composto omogeneo.

**2.** Dividete l'impasto a metà: in una incorporate i gherigli di noce, tritati grossolanamente, e nell'altra il parmigiano. Impastate ancora fino a ottenere un composto liscio e rilassato. Formate due palle, copritele con pellicola trasparente e fatele lievitare per circa mezz'ora a temperatura ambiente. Quindi formate due filoncini e avvolgeteli tra di loro, formando una treccia semplice. Ripiegate le due estremità sotto la treccia. Trasferitela in una teglia, foderata con carta forno, coprite e lasciate lievitare per circa un'ora.

**3.** Infornate la treccia a 200 °C e fate cuocere per circa 20 minuti, o comunque fino a quando non sarà leggermente dorata in superficie. Sfornate, lasciate raffreddare completamente e tagliate a fettine.

# A qualcuno PIACE SEMIFREDDO

IL DOLCE AL CUCCHIAIO TIPICAMENTE ITALIANO VIENE DECLINATO IN SEI VERSIONI DIVERSE DA GIULIA STEFFANINA. REALIZZATE CON MERINGA ITALIANA O PÂTE À BOMBE, IMPRESCINDIBILI PER UN PRODOTTO DOC, VI CONQUISTERANNO PER CREMOSITÀ E FRESCHEZZA

a cura della redazione; ricette di **GIULIA STEFFANINA**
foto e styling di **VIRGINIA REPETTO**

# *Semifreddo agli anacardi salati con caramello all'arancia*

**Ingredienti**

**120 g** di anacardi salati
**180 g** di zucchero
**60 g** di tuorli
**1 cucchiaio** di rum scuro
**300 g** di panna fresca
**90 g** di albumi

**per la salsa di caramello**
**150 g** di zucchero
**100 g** di succo di arancia
la scorza di **3** arance

**per la decorazione**
anacardi

**Preparazione**

**1.** Raccogliete 60 g di zucchero in un pentolino, mettete sul fuoco e fate sciogliere. Unite gli anacardi salati, mescolate per bene e fate caramellare. Levate, versate su un foglio di carta forno, fate raffreddare e poi tritate al coltello.

**2.** Fate scaldare i tuorli in un pentolino a bagnomaria; quando avranno raggiunto la temperatura di 35 °C, unite 70 g di zucchero e montate fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Aggiungete il rum e poi gli anacardi tritati. Montate la panna fresca e incorporatela delicatamente al composto.

**3.** Montate a neve ben ferma gli albumi con 50 g di zucchero e uniteli, poco alla volta, al composto. Versatelo in uno stampo da plumcake, foderato con pellicola trasparente, e trasferite in freezer a congelare.

**4.** Per la salsa: raccogliete lo zucchero in un pentolino e fatelo cuocere fino ad arrivare a 170 °C. Versate il succo di arancia bollente e mescolate lentamente. Unite la scorza delle arance, a julienne, e fate bollire per qualche minuto. Spegnete e fate raffreddare. Sformate il semifreddo e tagliatelo a fette. Cospargete con il caramello freddo, le scorzette di arancia e qualche anacardo, e servite.

## *Semifreddo al caffè in tazza*

**Ingredienti** (per 6 persone)

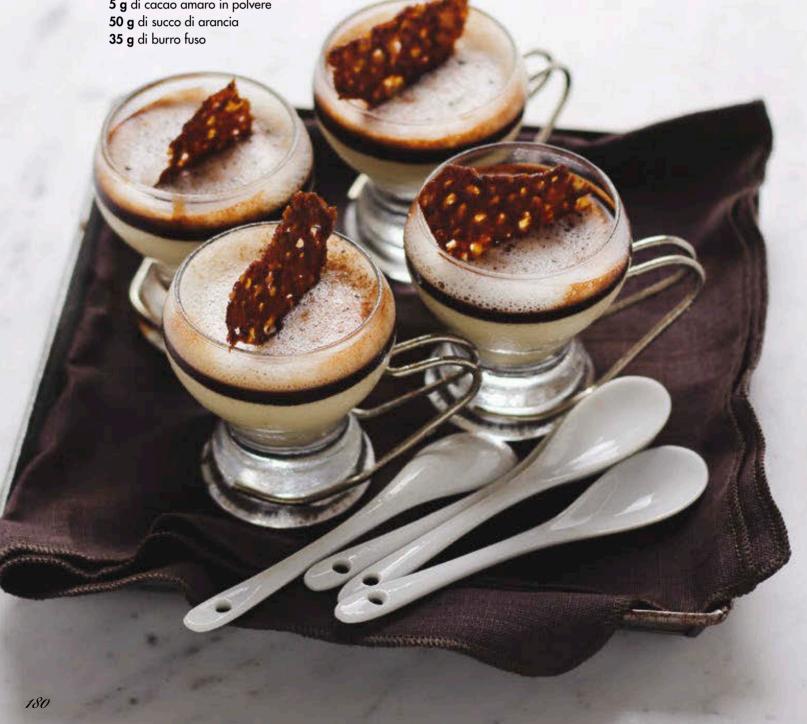
**per il semifreddo**
**100 g** di latte
**75 g** di caffè espresso
**90 g** di zucchero
**3** tuorli
**250 g** di panna semimontata

**per la cialda al cacao**
**125 g** di zucchero
**35 g** di farina
**5 g** di cacao amaro in polvere
**50 g** di succo di arancia
**35 g** di burro fuso

**per la salsa al caffè**
**100 g** di panna fresca
**50 g** di caffè
**35 g** di glucosio
**200 g** di zucchero
**65 g** di cacao amaro in polvere
**100 g** di acqua
**10 g** di liquore al caffè
(a piacere)

**per la schiuma di latte**
latte
lecitina

**per la decorazione**
cacao amaro in polvere

**Preparazione**

**1.** Per il semifreddo: portate a bollore il latte con 60 g di zucchero e il caffè. Lavorate i tuorli lo zucchero restante, versate a filo il latte caldo (**foto A**) ed emulsionate. Rimettete sul fuoco e fate cuocere fino alla temperatura di 82 °C. Trasferite il composto in una planetaria e montate fino a raffreddamento (**foto B**).

**2.** Incorporate la panna semimontata, mescolando delicatamente e con movimenti dall'alto verso il basso (**foto C**), e distribuite nelle tazzine (meglio se trasparenti), lasciando almeno 2 cm dal bordo.

**3.** Per la cialda: raccogliete gli ingredienti in una ciotola (**foto D**), mescolateli per bene e fate riposare in frigorifero per almeno 3 ore. Stendete un sottile strato di impasto in una teglia, foderata con carta forno (**foto E**), e infornate a 180 °C per circa 12 minuti. Levate e lasciate raffreddare.

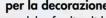
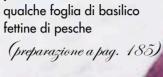
**4.** Al momento di servire, preparate la spuma di latte: fate sciogliere la lecitina nel latte tiepido (**foto F**) e frullate con un mixer a immersione fino a ottenere la schiuma (**foto G**). Per la salsa: raccogliete tutti gli ingredienti in un pentolino, mettete sul fuoco e fate cuocere, mescolando in continuazione con una frusta, per 2 minuti a partire dal bollore (**foto H**).

**5.** Versate un cucchiaio di salsa sopra al semifreddo. Distribuite la schiuma, decorate con la cialda, spolverizzate con un po' di cacao e servite.

# *Ghiacciato alla pesca con salsa al moscato e basilico*

**Ingredienti**

**per il ghiacciato alla pesca**
**200 g** di meringa italiana
**300 g** di polpa di pesca
**1 ciuffo** di basilico
**250 g** di panna semimontata

**per la salsa al moscato**
**250 g** di latte
**250 g** di moscato
**100 g** di tuorli
**90 g** di zucchero

**per le mandorle caramellate**
**100 g** di mandorle già sgusciate
zucchero

**per la decorazione**
qualche foglia di basilico
fettine di pesche

*(preparazione a pag. 185)*

# Semifreddi su stecco alla nocciola e limone

**Ingredienti**

**per la pâte à bombe**
**325 g** di zucchero
**250 g** di tuorli

**per il semifreddo**
**125 g** di pâte à bombe
**70 g** di pasta di nocciola
**250 g** di panna semimontata
**2** limoni

**per la glassa**
**200 g** di cioccolato al latte
**200 g** di burro di cacao
granella di nocciola

*(preparazione a pag. 185)*

# *Ghiacciato al pompelmo rosa e dragoncello con latte di mandorla e lamponi marinati*

**Ingredienti**

**per il ghiacciato al pompelmo**
**150 g** di succo di pompelmo rosa filtrato
**300 g** di meringa italiana
**250 g** di panna semimontata
**1 rametto** di dragoncello

**per la base**
**150 g** di biscotti integrali
**60 g** circa di burro

**per la chantilly di latte di mandorla**
**250 g** di panna fresca
**100 g** di sciroppo di latte di mandorla

**per i lamponi marinati**
**100 g** di acqua
**100 g** di zucchero
vermuth rosso
lamponi freschi

**vi serve inoltre**
**1** pompelmo rosa

## *Ghiacciato alla pesca con salsa al moscato e basilico*

**Preparazione**

Ingredienti a pag. 182

**1.** Per il ghiacciato: tagliate le pesche a dadini e raccoglieteli in un mixer da cucina. Unite il basilico e frullate fino a ottenere una purea omogenea. Setacciatela e quindi incorporatela, delicatamente e poco alla volta, alla meringa italiana. Unite infine la panna semimontata. Versate il composto ottenuto negli stampini monoporzione e trasferite in freezer a congelare.

**2.** Per la salsa: portate a bollore il latte con il moscato. A parte, lavorate i tuorli con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Versate a filo il latte bollente e mescolate per bene. Rimettete sul fuoco e fate cuocere fino ad arrivare alla temperatura di 82 °C. Spegnete e fate raffreddare.

**3.** Per le mandorle: versate lo zucchero in un pentolino, mettete sul fuoco e fate caramellare. Unite le mandorle, e mescolate accuratamente. Stendete su un foglio di carta forno e fate raffreddare.

**4.** Versate la salsa al moscato al centro dei piattini da portata. Sformate il semifreddo e adagiatelo sopra, quindi decorate con le mandorle caramellate, qualche fogliolina di basilico e un ventaglio di pesche, e servite.

## *Semifreddi su stecco alla nocciola e limone*

**Preparazione**

Ingredienti a pag. 183

**1.** Per la pâte à bombe: raccogliete 90 g di acqua e lo zucchero in un pentolino, mettete sul fuoco e fate cuocere fino ad arrivare alla temperatura di 121 °C. Quando lo sciroppo sarà a 110 °C, iniziate a montare i tuorli in una planetaria. Una volta a temperatura, versate a filo lo sciroppo e proseguite a montare fino a raffreddamento.

**2.** Incorporate alla pâte à bombe la pasta di nocciola, la scorza grattugiata dei limoni e infine la panna. Distribuite il composto negli stampini in silicone a forma di cupola e trasferite in freezer a congelare.

**3.** Quando le cupole saranno perfettamente congelate, sformatele e unitele a due a due, in modo da ottenere tante sfere. Mettete al centro un bastoncino di legno da gelato e trasferite nuovamente in freezer.

**4.** Per la glassa: fate sciogliere il cioccolato con il burro di cacao. Unite la granella, mescolate e fate raffreddare (utilizzatela a 35 °C). Prendete le sfere dal freezer e glassatele con la glassa. Trasferite in freezer fino al momento di servire.

## *Ghiacciato al pompelmo rosa e dragoncello con latte di mandorla e lamponi marinati*

**Preparazione**

Ingredienti a pag. 184

**1.** Per la base: tritate finemente i biscotti, uniteli al burro fuso e amalgamate. Stendete il composto sul fondo di uno stampo a cerniera (da 22 cm di diametro), foderato con pellicola trasparente. Trasferite in freezer e fate raffreddare per circa 30 minuti.

**2.** Per il ghiacciato: unite lentamente il succo di pompelmo alla meringa. Profumate con il dragoncello, tritato, e incorporate infine la panna. Versate il composto sulla base, livellate e trasferite nuovamente in freezer a congelare.

**3.** Per i lamponi: preparate uno sciroppo con acqua e zucchero. Spegnete e fate raffreddare, quindi unite un goccio di vermuth e i lamponi, e lasciate marinare per una mezz'ora.

**4.** Al momento di servire, preparate la chantilly: montate la panna con lo sciroppo di latte di mandorla. Quando la torta di semifreddo sarà ben congelata, sformatela e trasferitela su un piatto da portata. Guarnite la superficie con la chantilly e i lamponi, ben scolati dal liquido di marinatura. Tagliate a fette, guarnite con qualche spicchio di pompelmo rosa e servite, accompagnando con il liquido di marinatura messo in una salsiera.

# *Zuppetta di fragole con semifreddo all'ananas*

**Ingredienti**

**per la meringa all'italiana**
**250 g** di albumi
**500 g** di zucchero

**per il ghiacciato all'ananas**
**200 g** di meringa italiana
**300 g** di purea di ananas
**250 g** di panna semimontata

**per la zuppetta di fragole**
**500 g** di fragole già pulite
**1 ciuffo** di menta; **75 g** di zucchero
**40 g** di liquore al cocco

**per il crumble**
**50 g** di farina 00; **50 g** di farina di cocco
**50 g** di burro; **50 g** di zucchero di canna

**vi servono inoltre**
fettine sottili di ananas; cubetti di ananas
zucchero a velo

**Preparazione**

**1.** Per la meringa: raccogliete 100 g di acqua e 400 g di zucchero in un pentolino, mettete sul fuoco e fate cuocere fino ad arrivare alla temperatura di 121 °C. Quando lo sciroppo sarà a 110 °C, iniziate a montare gli albumi con lo zucchero rimanente in una planetaria. Una volta a temperatura, versate a filo lo sciroppo e proseguite a montare fino a raffreddamento.

**2.** Incorporate delicatamente la meringa alla purea di ananas. Unite infine la panna, trasferite in una terrina e fate congelare in freezer. Per la zuppetta: tagliate le fragole a dadini e raccoglieteli in un mixer da cucina; aggiungete lo zucchero, la menta e il liquore al cocco, e frullate per bene.

**3.** Sistemate le fettine di ananas in una teglia, foderata con carta forno. Spolverizzatele con un po' di zucchero a velo e fatele seccare a 80 °C per almeno 3 ore (di tanto in tanto girate le fette di ananas e spolverizzatele con un altro po' di zucchero a velo).

**4.** Per il crumble: mescolate gli ingredienti e sbriciolateli su una teglia, foderata con carta forno. Infornate a 170 °C e fate cuocere per circa 12 minuti, o comunque fino a doratura. Levate e tenete da parte.

**5.** Versate la zuppetta di fragole nelle ciotoline e cospargete con il crumble. Adagiate sopra una pallina di semifreddo, guarnite con i cubetti e le chips di ananas, e servite.

# SI STAMPI CHI PUÒ!

## DALLE FORME CLASSICHE OPPURE PIÙ CREATIVE, STAMPI E STAMPINI DANNO FORMA A SEMIFREDDI GOLOSI E IMPECCABILI

di EMANUELA BIANCONI

**1.** Per preparazioni da mille e una notte: in silicone 100% made in Italy, lo stampo *Luna* di **Silikomart** (linea 3Design) è dotato di una bordatura interna che conferisce una leggera forma arrotondata alla base. Per semifreddi impeccabili. Prezzo: dal rivenditore.

**2.** In ceramica ad alta resistenza, i ramequin di **Emile Henry** sono ideali per servire con un tocco di eleganza semifreddi e budini. Perfetti anche per quei dolci che richiedono la cottura in forno. Disponibili in diversi colori. Prezzo: a partire da 4,95 euro.

**3.** Dalla forma classica e sempre di grande attualità: stampo *Kugelhopf* di **Nordic Ware**. Realizzato in alluminio pressofuso, consente di sformate torte e semifreddi con grande semplicità. Distribuito da Künzi Prezzo: 52,80 euro.

**4.** In alluminio pressofuso, gli stampini Geo di **Nordic Ware** consentono di realizzare dei piccoli semifreddi monoporzione. Distribuito da Künzi. Prezzo: 58,70 euro.

**5.** Realizzati in acciaio, con rivestimento antiaderente, gli stampi a forma di tronchetto e cono di **Lagostina** (linea Virtuosa) sono pensati per semifreddi e budini impeccabili. Prezzi: 10 euro (stampo tronchetto) e 13,90 euro (stampo budino con cono).

**6.** L'anello regolabile della linea Delìcia di **Tescoma** permette di realizzare dolci di dimensioni differenti con una unica, versatilissima, tortiera. Indispensabile per dare forma a semifreddi, bavaresi o cheesecake. Prezzo: 23,90 euro.

**7.** Per un risultato incredibilmente scenografico: *Goccia* è lo stampo della linea 3Design di **Silikomart.** Dotato della rivoluzionaria bordatura interna, è in silicone 100% made in Italy. Prezzo: dal rivenditore.

**8.** Dalla forma a tronchetto delicata e raffinata, *Meringa* di **Silikomart** (linea 3Design) è perfetta per realizzare un goloso dessert facilmente porzionabile. Prezzo: dal rivenditore.

# SFOGLIA DI TÈ!

*QUATTRO PICCOLE DELIZIE, A BASE DI PASTA SFOGLIA, PER ALLIETARE UNA GOLOSISSIMA ORA DEL TÈ*

**a cura della redazione; ricette, foto e styling di VIRGINIA REPETTO**

*IN ABBINAMENTO: TÈ AROMATIZZATO ALLA CANNELLA*

## Treccine di sfoglia alle spezie

**Ingredienti** (per 8 treccine)

**250 g** di pasta sfoglia rettangolare
**2 cucchiai** di zucchero di canna
**2 cucchiaini** di cannella in polvere
**1/2 cucchiaino** di zenzero in polvere
**1 pizzico** di noce moscata in polvere
**1 pizzico** di chiodi di garofano in polvere
**20 g** di burro fuso
zucchero a velo

**Preparazione**

**1.** Miscelate lo zucchero di canna con le spezie. Stendete la pasta sfoglia e spennellatela con il burro fuso. Spolverizzate con lo zucchero aromatizzato, lasciando libero 1 cm di bordo sui lati lunghi del rettangolo. Ripiegate la sfoglia in due, facendo combaciare i lati lunghi, e premete per sigillare bene i bordi. Trasferite in frigorifero e fate riposare per almeno 10 minuti.

**2.** Trascorso questo tempo, con un coltello affilato ritagliate la sfoglia in 8 rettangoli, tenendo la lama perpendicolare al lato lungo. Praticate un'incisione all'interno di ciascun rettangolo, quindi fate passare per due volte una delle due estremità nell'asola.

**3.** Trasferite le treccine in una teglia, foderata con carta forno, e spennellatele con il burro fuso rimanente. Spolverizzate con un po' di zucchero a velo e infornate a 200 °C per circa 20 minuti, o comunque fino a doratura. Trascorso il tempo di cottura, sfornate le treccine, lasciatele raffreddare e infine servite.

IN ABBINAMENTO: TÈ NERO ALLE MANDORLE

## Sfogliatine fichi e mandorle

**Ingredienti**
(per circa 10 sfogliatine)

**250 g** di pasta sfoglia rettangolare
**50 g** di burro
**60 g** di zucchero
**60 g** di mandorle in povere
**1** uovo
**5** fichi neri
**20 g** di burro fuso
mandorle a lamelle
zucchero a velo

**Preparazione**

**1.** Lavorate il burro con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Unite le mandorle in polvere e infine l'uovo sbattuto, e amalgamate per bene. Coprite con un foglio di pellicola trasparente e trasferite in frigorifero.

**2.** Lavate accuratamente i fichi e tagliateli a spicchi. Stendete la pasta sfoglia e ricavate 10 quadrati da 10 cm di lato. Trasferiteli in una teglia, foderata con carta forno, e farciteli con un cucchiaio di crema di mandorle e qualche spicchio di fico. Chiudete le sfogliatine sovrapponendo due angoli opposti della pasta e premendo bene per sigillare.

**3.** Spennellate le sfogliatine con il burro fuso e cospargete con le mandorle a lamelle e lo zucchero a velo. Infornate a 200 °C e fate cuocere per circa 20 minuti, o comunque fino a doratura. Trascorso il tempo di cottura, sfornate, lasciate intiepidire e servite.

# *Ministrudel con pere e amaretti*

**Ingredienti** (per 6 ministrudel)

**250 g** di pasta sfoglia rettangolare
**1** pera abate
**50 g** di burro
**2 cucchiai** di zucchero
amaretti
zucchero a velo

*IN ABBINAMENTO: TÈ EARL GREY*

**Preparazione**

**1.** Sbucciate la pera, eliminate il torsolo e tagliatela a cubetti. Fate sciogliere 25 g di burro in una padella antiaderente, unite lo zucchero e la pera a cubetti, e fate cuocere finché la frutta risulterà morbida ma non sfatta. Spegnete e lasciate raffreddare.

**2.** Stendete la pasta sfoglia e ritagliatela in 6 rettangoli. Spennellate i bordi con il burro rimanente, fuso, e farcite ciascun rettangolo con un cucchiaio di amaretti sbriciolati e poi con le pere saltate. Richiudete i rettangoli di sfoglia a portafoglio, sovrapponendo i lembi, e poi sistemateli in una teglia, foderata con carta forno, con la chiusura verso il basso.

**3.** Sigillate le estremità, aiutandovi con una forchetta, quindi spennellate i ministrudel con il burro fuso rimanente. Praticate 3 incisioni su ciascun fagottino e cospargete con lo zucchero a velo. Infornate a 200 °C e fate cuocere per circa 25 minuti, o comunque fino a doratura. Trascorso il tempo di cottura, sfornate i ministrudel, lasciateli raffreddare e infine serviteli.

# *Vol-au-vent tiramisù*

**Ingredienti**
(per 5 vol-au-vent)

**250 g** di pasta sfoglia
**20 g** di burro fuso
**50 g** di zucchero; **3** tuorli
**250 g** di mascarpone
**1** caffè espresso freddo
**5** chicchi di caffè
zucchero a velo
cacao amaro in polvere
latte

**Preparazione**

**1.** Stendete la pasta sfoglia e con un coppapasta ricavate 15 dischetti. Trasferite 5 dischetti in una teglia, foderata con carta forno, e spennellateli con un goccio di latte. Con un coppapasta più piccolo praticate un buco al centro dei dischi rimanenti. Adagiate gli anelli così creati sui dischi e poi spennellateli con altro latte. Sistemate sopra i 5 anelli rimanenti.

**2.** Spennellate i vol-au-vent con il burro, cospargeteli con un po' di zucchero a velo e infornate a 200 °C per circa 20 minuti, o comunque fino a doratura. Trascorso il tempo di cottura, sfornateli e fateli raffreddare completamente.

**3.** Lavorate i tuorli con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Incorporate infine il mascarpone. Raccogliete la crema ottenuta in un sac à poche con bocchetta a stella. Spennellate il fondo dei vol-au-vent con il caffè e farcite con la crema. Spolverizzate con un pizzico di cacao, guarnite con un chicco di caffè e servite.

*IN ABBINAMENTO: TÈ NERO AROMATIZZATO AL CACAO*

# SAPORI DA CONSERVARE

IL SAPORE E IL PROFUMO DELLA FRUTTA DI STAGIONE VENGONO CATTURATI IN UN VASETTO DI VETRO. DA APRIRE IN QUALUNQUE MOMENTO DELL'ANNO, PER RIASSAPORARE ANCORA UN PIZZICO D'ESTATE

a cura della redazione - foto di **GIORGIA NOFRINI** (styling di **ALICE ADAMS**), **ALESSANDRO ROMITI** e **MARIE SJÖBERG**

## Marmellata di limoni e zenzero

**Ingredienti**
(per 4-5 vasetti da 250 g)

**1 kg** di limoni
**300 g** di zucchero
**40 g** di radice di zenzero

**Preparazione**

**1.** Lavate i limoni, bucherellate la scorza con i rebbi di una forchetta, facendo attenzione a non intaccare la polpa, e raccoglieteli in una pentola capiente. Coprite con acqua fredda e lasciate in ammollo per 3 giorni, cambiando l'acqua due volte al giorno.

**2.** Trascorso questo tempo, scolate i limoni, tagliateli a pezzetti, privateli dei semi e raccoglieteli in una casseruola dal fondo spesso. Unite lo zucchero, due bicchieri di acqua e lo zenzero grattugiato, e mettete sul fuoco. Fate cuocere su fiamma dolce per 45 minuti a partire dal bollore, mescolando spesso.

**3.** Una volta raggiunta la giusta consistenza, distribuite la marmellata nei vasetti di vetro sterilizzati, chiudeteli ermeticamente, capovolgeteli e lasciateli raffreddare a temperatura ambiente.
Fate sterilizzare i vasetti in abbondante acqua bollente per circa 20 minuti.

**4.** Trascorso questo tempo, spegnete e lasciate raffreddare i vasetti nel loro liquido, quindi scolateli per bene e conservateli in un luogo fresco, asciutto e al riparo dalla luce.

## Gelatina di more e bacche di sambuco

**Ingredienti** (per 4-5 vasetti da 250 g)
**600 g** di more; **400 g** di bacche di sambuco; **600 g** di zucchero; il succo di **1** limone

**Preparazione**

**1.** Mondate e lavate sotto l'acqua corrente le more e le bacche di sambuco. Raccoglietele in unacasseruola dal fondo spesso, unite il succo del limone e 250 ml di acqua e mettete sul fuoco. Fate cuocere fino a ridurre i frutti in purea; quindi levate dal fuoco, passate la purea al passaverdure e raccogliete il succo in un pentolino. Mettete nuovamente sul fuoco, unite lo zucchero e portate a bollore su fiamma vivace, mescolando spesso; quindi abbassate la fiamma e proseguite la cottura fino a raggiungere la giusta consistenza.

**2.** Distribuite la gelatina nei vasetti di vetro sterilizzati, chiudeteli ermeticamente, capovolgeteli e lasciateli raffreddare. Avvolgete i vasetti con un canovaccio, sistemateli sul fondo di una pentola capiente e coprite con acqua fredda. Mettete sul fuoco e lasciate sobbollire per 20 minuti circa, quindi spegnete e lasciate raffreddare.

**3.** Al termine, levate i vasetti, asciugateli, etichettateli e conservateli al buio in un luogo fresco e asciutto.

# SCUOLA DI CUCINA

## *Albicocche al marsala*

**Ingredienti**
(per 4-5 vasetti da 250 g)

**1 kg** di albicocche
**500 ml** di marsala
**400 g** di zucchero
il succo di **1** limone
**1 stecca** di cannella

**Preparazione**

**1.** Raccogliete in un pentolino lo zucchero con 350 ml di acqua, mettete sul fuoco e fate cuocere fino a ottenere una densità viscosa; quindi spegnete e lasciate intiepidire.
A questo punto unite il marsala (**foto A**) e il succo del limone, e mescolate bene. Profumate con la stecca di cannella e lasciate in infusione per 20 minuti.

**2.** Lavate le albicocche, tagliatele a metà, eliminate il nocciolo e sistematele nei vasetti di vetro sterilizzati, senza schiacciarle (**foto B**). Trascorso il tempo di infusione, eliminate la stecca di cannella e distribuite lo sciroppo nei vasetti di vetro sterilizzati (**foto C**). Chiudete ermeticamente, etichettate e conservate in un luogo fresco, asciutto e al riparo dalla luce.

## Confettura di gocce d'oro alla lavanda

**Ingredienti** (per 4-5 vasetti da 250 g)
**1 kg** di susine goccia d'oro
**500 g** di zucchero; il succo di **1** limone
fiori di lavanda

**Preparazione**

**1.** Lavate le susine, tagliatele a metà ed eliminate il nocciolo. Raccoglietele in una casseruola dal fondo spesso, coprite a filo con l'acqua e portate a bollore. Una volta arrivato al bollore, avvolgete i fiori di lavanda in una garza, chiudete con uno spago da cucina in modo da formare un sacchettino, e uniteli alle susine; irrorate con il succo del limone e fate cuocere per 20 minuti.

**2.** Trascorso il tempo di cottura, levate dal fuoco, eliminate il sacchetto con la lavanda e frullate tutto con un mixer a immersione. Mettete nuovamente sul fuoco, unite lo zucchero, poco alla volta, e portate a bollore su fiamma vivace; quindi abbassate la fiamma e proseguite la cottura per 40 minuti circa, mescolando e schiumando spesso.

**3.** Raggiunta la giusta consistenza, distribuite la confettura nei vasetti di vetro sterilizzati, chiudeteli ermeticamente, capovolgeteli e lasciateli raffreddare a temperatura ambiente. Fate sterilizzare i vasetti in abbondante acqua bollente per circa 20 minuti, quindi spegnete e lasciateli raffreddare nel loro liquido.

**4.** Al termine, scolateli per bene, asciugateli e conservateli in un luogo fresco, asciutto e al riparo dalla luce.

### Come sterilizzare

*✓ Lavate e asciugate perfettamente i vasetti di vetro. Immergeteli in una pentola piena di acqua, portate a bollore e fateli sterilizzare per una ventina di minuti. Trascorso questo tempo, spegnete, prelevate i vasetti e metteteli a scolare su un canovaccio pulito. In alternativa, potete metterli in forno a 110 °C per 5-6 minuti.*

# Confettura di pomodori rossi

**Ingredienti** (per 4-5 vasetti da 250 g)

**1,2 kg** di pomodori pachino
**350 g** di zucchero
**1** limone
vaniglia in polvere

**Preparazione**

**1.** Mondate e lavate i pomodori, asciugateli bene, fateli a spicchi ed eliminate semi e acqua di vegetazione. Raccoglieteli in una padella capiente, mettete sul fuoco e fate cuocere su fiamma dolce fino a quando non avranno assorbito tutto il loro liquido; quindi spegnete e passate i pomodori al passaverdure.

**2.** Raccogliete la polpa in una casseruola dal fondo spesso, mettete sul fuoco e portate a bollore; quindi unite lo zucchero, il succo e la scorza grattugiata del limone, e un pizzico di vaniglia. Fate cuocere su fiamma dolce per un'ora circa, mescolando e schiumando spesso.

**3.** Una volta raggiunta la giusta consistenza, distribuite la confettura nei vasetti di vetro sterilizzati, chiudeteli ermeticamente, capovolgeteli e lasciateli raffreddare. Fate sterilizzare i vasetti in abbondante acqua bollente per circa 20 minuti.

**4.** Trascorso questo tempo, spegnete e lasciate raffreddare i vasetti nel loro liquido, quindi scolateli per bene e conservateli in un luogo fresco, asciutto e al riparo dalla luce.

La **Sala del Trono** della **Reggia di Caserta**

## MARCOPOLO

È in edicola il numero di settembre/ottobre di **Diari di Viaggio by Marcopolo**, la rivista di viaggi e lifestyle aggiornata e completa. In questa uscita, visite esclusive nelle più belle dimore reali d'Italia: la **Reggia di Caserta**, il **Palazzo del Quirinale** e **Venaria Reale**: saloni affrescati, sale immense e giardini grandiosi, fotografati apposta per voi; Speciale **Dormire nel Verde**: tra agriturismi, borghi, castelli per fughe di charme nella natura; il **Salento** chiamato le Maldive d'Italia per le spiagge da sogno; city break a Torino e a Ravenna, con tutto il meglio e le novità; per i golosi, le alternative più golose alla pizza: focacce, pinse, panzerotti...
Centinaia di indirizzi selezionati, informazioni pratiche, cartine e tante splendide fotografie.

# IN EDICOLA

# TORTE DA CREDENZA

SEMPLICI E GENUINE, CAKE, CROSTATE E TORTE INEBRIANO LA CASA DI FRAGRANZE AVVOLGENTI E IRRESISTIBILI. RIPOSTE NELLA CREDENZA, IN ATTESA DELL'ASSALTO VORACE DI GRANDI E PICCINI, SONO UNA PIÙ GHIOTTA DELL'ALTRA

**a cura della redazione; ricette, foto e styling di ASSUNTA PECORELLI**

*Torta di mele e mirtilli* *(pag. 200)*

*Torta con farina di castagne e pere caramellate*
(pag. 200)

## *Torta di mele e mirtilli*

**Ingredienti** (per 8 persone)

**800 g** di mele golden; **180 g** di farina 00 (più altra per lo stampo); **120 g** di zucchero; **50 g** di fecola di patate **100 g** di burro fuso (più altro per lo stampo) **2** uova; **50 g** di latte; **100 g** di mirtilli neri essiccati; **10 g** di lievito per dolci; **1/2** limone; **1/2 bacca** di vaniglia; **4 cucchiai** di rum; **1 pizzico** di cannella in polvere; **1 pizzico** di sale

**Preparazione**

**1.** Fate ammollare i mirtilli nel rum. Nel frattempo sbucciate le mele, privatele del torsolo, tagliatele a fettine e spruzzatele man mano con il succo di limone per non farle annerire. Unite un pizzico di cannella e mescolate.

**2.** Setacciate la farina, la fecola e il lievito in una ciotola, e fate la classica fontana. Amalgamate il burro fuso con lo zucchero, il latte, le uova, la scorza grattugiata del 1/2 limone, i semi di vaniglia e un pizzico di sale; versate al centro della fontana e amalgamate. Unite 2/3 dei mirtilli, ben strizzati, e mescolate.

**3.** Versate il composto in una teglia da 24 cm di diametro, imburrata e infarinata, adagiate le mele facendole affondare e completate con i mirtilli rimasti. Infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 45 minuti (fate la prova stecchino e, se necessario, prolungate di altri 5-10 minuti). Una volta a cottura, sfornate la torta e lasciatela intiepidire. Poi sformatela su una gratella per dolci e lasciatela raffreddare completamente. Al termine, portate in tavola e servite.

## *Torta con farina di castagne e pere caramellate*

**Ingredienti** (per 6 persone)

**125 g** di burro; **125 g** di zucchero
**4** uova; **125 g** di farina di castagne
**125 g** di farina 00; **10 g** di lievito per dolci; **1 pizzico** di sale
**1 stecca** di vaniglia; **1** limone

**per le pere caramellate**
**3** pere abate; **3 cucchiai** di zucchero di canna; **3 cucchiai** di rum

**vi servono inoltre**
burro; farina

**Preparazione**

**1.** Sbucciate le pere, dividetele a metà e privatele del torsolo. Tagliate ogni metà a ventaglio, praticando dei tagli obliqui, e raccoglietele in una padella antiaderente con lo zucchero e il rum. Mettete sul fuoco e fate cuocere fino a quando il liquido risulterà assorbito e le pere avranno assunto un aspetto caramellato. Spegnete e lasciate raffreddare.

**2.** Lavorate a crema il burro morbido con lo zucchero, il sale e i semi di vaniglia. Sbattete leggermente le uova e unitele a filo al composto alternandole alle farine, precedentemente setacciate con il lievito. Profumate con la scorza di limone grattugiata e versate in uno stampo da 20 cm di diametro, imburrato e infarinato.

**3.** Adagiate le pere caramellate sulla superficie e infornate a 180 °C per circa 45-50 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate intiepidire. Sformate delicatamente la torta su una griglia per dolci e servite.

## *Cake con miele e noci*

**Ingredienti** (per 6-8 persone)

**300 g** di farina 00
**200 g** di gherigli di noci tritati
**250 ml** di latte
**100 g** di burro fuso
**1** uovo
**100 g** di zucchero
**60 g** di miele
**1 bustina** di lievito per dolci
**1 pizzico** di sale

**vi servono inoltre**
**4** gherigli di noci
**2 cucchiai** di miele
burro
farina

**Preparazione**

**1.** Setacciate la farina e il lievito in una ciotola; unite lo zucchero, le noci tritate e un pizzico di sale, e miscelate per bene. A parte mescolate il latte con il burro fuso, il miele e l'uovo. Versate il composto liquido sulle polveri e amalgamate accuratamente.

**2.** Versate il composto in uno stampo da plumcake di 25x10 cm, imburrato e infarinato, e distribuite sulla superficie 7-8 mezzi gherigli di noci. Infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 50 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate intiepidire. Sformate delicatamente il plumcake su un piatto da portata, spennellate la superficie con il miele e servite.

## *Crostata di mele e panna*

**Ingredienti** (per 8 persone)

**per la pasta frolla**
**200 g** di farina 00; **110 g** di burro
**1** tuorlo; **70 g** di zucchero a velo
**1 cucchiaino** di estratto di vaniglia
**1 pizzico** di sale

**per il ripieno**
**3** mele golden; **150 g** di zucchero
**3** uova; **1** tuorlo; **200 g** di panna fresca
**1/2** limone

**vi serve inoltre**
burro

**Preparazione**

**1.** Per la frolla: disponete la farina a fontana su un piano di lavoro; unite al centro il burro, tagliato a dadini, e iniziate a mescolare con la punta delle dita fino a ottenere un composto sabbioso. Unite il resto degli ingredienti e impastate velocemente fino a formare un panetto. Avvolgetelo con la pellicola trasparente e trasferite in frigorifero per almeno un'ora.

**2.** Nel frattempo sbucciate le mele e privatele del torsolo. Tagliate ciascuna mela in 4 spicchi e con la punta di un coltello praticate tanti tagli sulla parte bombata facendo attenzione a non affondare troppo. Irrorate man mano con il succo di limone per evitare che le mele anneriscano.

**3.** Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta frolla a uno spessore di 3-4 mm e rivestite una teglia per crostate da 24 cm di diametro, ben imburrata. Con i rebbi di una forchetta bucherellate il fondo e sistemate sopra gli spicchi di mela.

**4.** Per la crema: lavorate le uova e il tuorlo con lo zucchero e la scorza di limone grattugiata. Aggiungete la panna e mescolate energicamente fino a ottenere un composto cremoso e vellutato. Versate la crema sulle mele e infornate a 180 °C per circa 1 ora. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e servite.

di SUSY GROSSI

# IL SEGNO GOURMET DI... SETTEMBRE

AMORE LAVORO

## VERGINE
23 Agosto - 22 Settembre

Una riorganizzazione intelligente e spiccia di situazioni professionali e di opportunità personali s'impone, e ora avete dalla vostra tempo, opportunità e una visione dettagliata della situazione.
**Amore:** condividere con chi amate le vivaci scelte del momento e dare peso al suo parere per optare proprio per la soluzione che vada bene a entrambi è quello che vi succederà in settembre!
**Lavoro:** rimettere al suo posto chi intendesse imporvi una linea d'azione che non vi piace e v'interessa ancora di meno è nei suggerimenti che il passaggio del Sole, di Marte e di Mercurio nel segno consente e permette!
**Astrocenate con:** sostate nella rilassata atmosfera di una tavola imbandita...

## ARIETE
21 Marzo - 20 Aprile

Saprete mandare il pallino proprio sulla boccia da colpire!
**Amore:** Venere comporta un fascino personale e una evidenza estetica straordinarie.
**Lavoro:** vorrete sveltire certi processi lavorativi per renderli tempestivi ed efficienti
**Astrocenate con:** con collaboratori importanti, con clienti e fornitori.

## TORO
21 Aprile - 21 Maggio

Vi guida la sensibilità e l'attenta programmazione di ogni step.
**Amore:** dire alla persona cara le parole che desidera sentire vi garantirà un clima affettuoso.
**Lavoro:** ogni nuova iniziativa vi s'inserice con spontanea naturalezza.
**Astrocenate con:** con chi abbia la vs stessa potente voglia di fare.

## GEMELLI
21 Maggio - 21 Giugno

La ripresa si presenta più impegnativa del previsto...
**Amore:** vi piacerebbe un legame morbido, senza troppe regole obbligatorie e fisse…
**Lavoro:** stabilire i punti saldi per un accordo che in futuro vi stia meglio è indispensabile.
**Astrocenate con:** con chi abbia già fatto esperienza.

## CANCRO
22 Giugno - 22 Luglio

Avete piantato con cura tanti semini e adesso stanno sbocciando!
**Amore:** volete entrambi la stessa armonia…
**Lavoro:** molto promettenti i risultati economici che Venere preannuncia. Tutti da reinvestire.
**Astrocenate con:** vi servono atmosfere calorose, serene e occasioni gioiose. Non invitate estranei.

## LEONE
23 Luglio - 22 Agosto

Ci solo elementi che vi spingono ad agire con furia.
**Amore:** la certezza di vivere un amore bellissimo rende ogni occasione a due un incanto!
**Lavoro:** inserirete delle persone nuove e speciali nel giro d'affari.
**Astrocenate con:** qualche volta cedere alla vanità di essere al centro dell'attenzione è bello!

## BILANCIA
23 Settembre - 22 Ottobre

Bisognerà ricalcolare il costo effettivo di interessanti progetti.
**Amore:** dovreste dar fiato alla trombe e dire, sussurrare, e proclamare il vs amore…
**Lavoro:** contenere il budget adesso è una necessità.
**Astrocenate con:** chi potrebbe offrirvi gli stessi servizi a un costo minore…

## SCORPIONE
23 Ottobre - 21 Novembre

Il mese si rivelerà intenso e preparerà a cambiamenti importanti.
**Amore:** il partner deve essere aiutato a puntualizzare le sue ambizioni, occorrerà spingerlo…
**Lavoro:** per ora meglio stare alla finestra, per vedere, giudicare e ipotizzare altre soluzioni..
**Astrocenate con:** con chi vi assicura un relax divertente.

## SAGITTARIO
22 Novembre - 21 Dicembre

Possibilità davvero entusiasmanti.
**Amore:** con la dolce complicità di Venere instaurare un rapporto scintillante sarà assai facile.
**Lavoro:** le premesse sono ottime e il proseguimento di un progetto sarà trascinante.
**Astrocenate con:** e se per riunioni improvvisate e festaiole invitaste i familiari?

## CAPRICORNO
22 Dicembre - 20 Gennaio

Settembre attivo ed efficiente.
**Amore:** serve saper pronunciare le parole più adatte per vicinanze emotive con la persona cara.
**Lavoro:** lanciatissimi i piani dell'autunno, per i quali non mancheranno nuove risorse.
**Astrocenate con:** è importante avvicinare persone esperte e comunicative. Dove se non a tavola?

## ACQUARIO
21 Gennaio - 19 Febbraio

Giri di amicizie interessanti v'intrigheranno e sapranno diventare prioritari rispetto ad altri gruppi.
**Amore:** veloce riconquista del cuore distratto di chi vi piace.
**Lavoro:** se c'è una certa disaffezione per il lavoro attuale, perché non cambiarlo?
**Astrocenate con:** con chi può aprirvi un ventaglio di proposte.

## PESCI
20 Febbraio - 20 Marzo

Traccierete una bella demarcazione fra il "prima" e il "dopo".
**Amore:** il partner potrebbe far resistenza alle linee guida che vorreste nella vita a due...
**Lavoro:** a fronte di tanto impegno c'è una vera convenienza?
**Astrocenate con:** con chi abbia risolto molto bene i vs stessi interrogativi.

# *Pizza crudo crescenza e cipollotti*

**Ingredienti** (per 1 pizza)

**250 g** di pasta per pizza
**50 g** di prosciutto crudo affettato sottile
**50 g** di crescenza
**2** cipollotti
olio extravergine di oliva
pepe

**Preparazione**

**1.** Mondate i cipollotti, tagliateli a rondelle e fatele rosolare in una padella con un cucchiaio di olio e una macinata di pepe.

**2.** Stendete la pasta in una sfoglia rotonda spessa circa 1/2 cm, stando attenti a lasciare il bordo alto circa 1 cm. Conditela con un filo di olio, mettete in forno già caldo al massimo della temperatura, con una terrina di acqua calda, e fate cuocere per 20-25 minuti.

**3.** Sfornate, farcite con i cipollotti, il prosciutto crudo e la crescenza, portate in tavola e servite.

Foto e styling di Tania Mattiello

## LE BIOGRAFIE

**FAUSTO BORELLA**
*Critico enogastronomico, sommelier professionista e degustatore ufficiale, ha fondato l'Accademia Maestrod'olio e organizza seminari in Italia e all'estero per far comprendere il giusto abbinamento cibo-vino-olio. Da anni promuove l'olio extravergine italiano grazie a corsi di degustazione ed eventi.*

**RENATO BOSCO**
*Classe 1967, Renato Bosco "imbraccia" la sua prima pala ad appena 15 anni. Ed è stato subito amore. Considerato uno dei massimi esperti di impasti lievitati, è docente in diverse scuole di cucina, Ambasciatore del Gusto e membro del prestigioso Club Richemont e dell'associazione Chic Charming ItalianChefs. Nel suo locale di Verona, Saporè, olimpo della pizza d'autore, organizza anche dei corsi in cui insegna e trasmette la sua ricerca ad appassionati non professionisti.*

**RAFFAELLA CAUCCI**
*Si definisce pubblicitaria di professione e cuoca nel cuore, ma Raffaella Caucci è molto di più. A poco più di trent'anni è mamma, moglie e ha sperimentato con successo percorsi, lavori ed esperienze, guidata da curiosità, caparbietà, inventiva. Cura il blog di cucina Profumo di Cannella, collabora come fotografa e autrice di ricette per riviste specializzate (Alice Cucina in primis), è web consultant di primari studi e aziende.*

**MICHELE CHINAPPI**
*Il nostro fiore all'occhiello per le ricette di pesce appartiene a una famiglia di ristoratori pontini, che quest'anno ha festeggiato i 60 anni di attività della sede storica, a Formia (un altro ristorante è a Roma, con il cugino Stefano come patron). Un luogo magico, dove "sbarca" (letteralmente) il miglior pescato del Lazio, accompagnato da prodotti di eccellenza assoluta e una scelta speciale di vini, sapientemente operata da Michele stesso.*

**SUSY GROSSI**
*La "nostra" astrologa, sin dalle prime trasmissioni di Alice TV e dai primi numeri di Alice Cucina in edicola, vanta una lunga e luminosa carriera alle spalle e sulle nuove piattaforme web e social. Autrice di libri e relatrice di conferenze, cuoca provetta, che vi suggerisca una ricetta "astrologica", o vi rediga il piano astrale, non sbaglia un colpo!*

**GUIDO MONTALDO**
*Giornalista, da oltre 20 anni "racconta" il vino. Dal 2016 è direttore della rivista dell'Associazione nazionale Assaggiatori di Vino (www.onavnews.it). Negli anni ha collaborato con diverse riviste (Vini & Liquori, A Tavola, Bell'Italia, Corriere Vinicolo…) ed è autore di numerose pubblicazioni e guide sui vini e gli spumanti italiani.*

**AMBRA ORAZI**
*Food blogger, food lover e food writer, Ambra è anche mamma e moglie. La sua è una cucina semplice, legata all'importanza dei prodotti del territorio e alla stagionalità, che parla di natura, del suo orto e dei suoi boschi. Il Gattoghiotto è il suo blog dal 2008, un angolino di casa virtuale dove condividere ricette e consigli, sempre con un occhio al buon gusto, un tocco di femminilità e una cura speciale per l'allestimento della tavola.*

**ASSUNTA PECORELLI**
*Originaria del Cilento, Assunta ama definirsi "una cuoca dentro, nel cuore e nell'anima". Nel suo blog (www.lacuocadentro.com) ama cimentarsi con ricette sia dolci, per cui ha una vera predilezione, sia salate. Le piace sperimentare, plasmare e rielaborare quei piatti che ha sempre ritenuto "impossibili". Perché grazie alla passione si può superare qualunque limite.*

**DANIELE PERSEGANI**
*Emiliano doc, guida con la sorella l'Osteria del Pescatore, in quel di Castelfranco Piacentino, seguendo la tradizione di famiglia. È docente di cucina presso l'istituto Alberghiero di Salsomaggiore Terme, consulente di Casa Azzurri per la nazionale di calcio (ai Mondiali del Brasile), e, dopo gli esordi sul canale Alice e la collaborazione pluriennale con il nostro magazine, si vede spesso anche in tv!*

**MASSIMO PICCHERI**
*Titolare de Le Officine del Gusto, Massimo ne ha fatto molto più che la migliore macelleria gourmet di Roma. È infatti un eccelso conoscitore e selezionatore anche di salumi e formaggi, vini e birre, che sceglie solo fra produzioni di nicchia eccellenti. Sapienza che si ritrova nelle succulente ricette che crea in esclusiva per Alice e con alcuni rinomati locali romani.*

**VIRGINIA REPETTO**
*Ingegnere ma innamorata da sempre della cucina e della buona tavola, Virginia vede i piatti come un modo per esprimere se stessa. La sua insaziabile curiosità la porta a esplorare sia la tradizione italiana sia quella internazionale, che spesso si uniscono per dare vita a nuovi accostamenti. Cura il blog di cucina Zucchero e zenzero, dove raccoglie le sue ricette e le sue storie di cucina.*

**MARTINA SALZA**
*Specializzata in Fitoterapia, Martina è autrice del libro "Un dono per ogni stagione. Le piante per il benessere di tutto l'anno", una piccola ma ricchissima enciclopedia di piante medicinali e rimedi naturali (per info: smartina1965@gmail.com).*

**FRATELLI SCIANNA**
*Siciliani doc, giovani, Stefania Scianna, chef, e Claudio Scianna, aiuto cuoco e project planner, hanno la società di catering LoVingourmet, con base a Roma. La sorella Lorenza Scianna, è enologo e docente a Marsala. Insieme, traghettano tradizioni e sapori di Sicilia sulle tavole, anzi sui buffet, del terzo millennio. stefaniascianna@virgilio.it; lorescian@gmail.com; claudioscianna@gmail.com*

**STEFANIA ZECCA**
*Raffinata fotografa, food writer e food stylist, Stefania collabora attivamente con Alice Cucina. La sua passione per la cucina inizia in famiglia, quando era poco più che una bambina, tra ricette scritte a mano su fogli improvvisati, matterelli e padelle della nonna paterna: erano gli anni in cui il fratello minore la chiamava Pepi: da qui, il nome del blog le ricettedipepi.it, di cui è autrice e curatrice.*

## INDIRIZZI UTILI

**ENOGASTRONOMIA**

LE OFFICINE DEL GUSTO
via Conca d'Oro, 260 - Roma
tel. 392 3833293
www.officinegusto enotecaroma.com

LES CHEFS BLANC OFFICINE FARNETO
via dei Monti Della Farnesina, 77
Roma
tel. 348 3609695
333 1273944
tel. 0683396746 int. 271
www.leschefsblancs.it

LOVINGOURMET CATERING
stefaniascianna@virgilio.it
lorescian@gmail.com
claudioscianna@gmail.com

**IDEE CASA E FOOD**

EMILE HENRY
www.emilehenry.com/en

KÜNZI
www.kunzi.it

LAGOSTINA
www.lagostina.it/it

NORDIC WARE
www.nordicware.com

SILIKOMART
www.silikomart.com

TESCOMA
www.tescomaonline.com

**HOTEL E RISTORANTI**

BAGLIONI HOTEL CARLTON MILANO
via Senato, 5
Milano
tel. 02 77077
www.baglionihotels.com/it

CASTELLO DI VELONA RESORT, THERMAL SPA & WINERY
località La Velona
Montalcino (Si)
tel. 0577 839002
www.castellodivelona.it

CONGUSTO GOURMET INSTITUTE
via Bernardo Davanzati, 15
Milano
tel. 02 89785801

OSTERIA DEL PESCATORE
via Po, 14
Castelvetro Piacentino (Pc)
tel. 0523 824333

RISTORANTE BORGO SAN JACOPO
borgo S. Jacopo, 62/red - Firenze
tel. 055 281661

RISTORANTE CHINAPPI FORMIA
via Anfiteatro, 8
Formia (Lt)
tel. 0771 790002
www.chinappiformia.it

SAPORÈ
Via Ponte, 53
San Martino Buon Albergo (Vr)
tel. 045 8781791

# ALICE TV. I NUOVI CIAK

PARTE LA NUOVA STAGIONE DEI PROGRAMMI STORICI DEL CANALE CON SERIE E PUNTATE NUOVE, MA SOPRATTUTTO TANTE VIDEO RICETTE INEDITE

## RISI E BISI III STAGIONE
### 25 NUOVE PUNTATE, TANTE RICETTE

Ritorna una delle food-comedy più popolari del canale, arrivata alla terza serie. Protagoniste ai fornelli Marilda Donà e sua sorella Norma alle prese con tante nuove ricette della tradizione veneta e della cucina di famiglia. Schie, stoccafisso e baccalà, bisato in umido e sardelle in saor… tra una spesa e una preparazione, le due sorelle andranno anche a conoscere alcuni produttori locali per raccontare le risorse del territorio.
**Risi e bisi - Tutti i giorni alle 21.45 su Alice TV ch 221 DT**

## CASA ALICE LA NUOVA SERIE:
### SAPORI DI FINE ESTATE CON FRANCA RIZZI E MARCO VALLETTA

Da lunedì **4 settembre** ritornano Franca Rizzi e Marco Valletta in Casa Alice, il programma simbolo del canale. 30' di vera e propria scuola di cucina, legata ai prodotti stagionali nostrani, con uno sguardo alle novità e alle tendenze di attualità, rilette secondo tradizione e gusto italiano.
Per la stagione autunnale sono previste 4 serie da 20 puntate: si comincia con *sapori di fine estate.*
**Casa Alice - Tutti i giorni alle 18.30 su Alice TV ch 221 DT**

## ALICE CLUB:
### STORIE DI CUOCHI, PRODUTTORI E PRODOTTI

Riparte Alice Club con una formula completamente rinnovata: 30' in prime time con al centro di ogni puntata una storia legata a un cuoco, a un produttore di eccellenza, un artigiano del gusto, un talento della cucina. Alla conduzione del programma, sempre Francesca Romana Barberini.
**Alice Club - Tutti i giorni alle 20.30 su Alice TV ch 221 DT**

# LE RICETTE DALLA A ALLA Z

## A-G



## I-P



## Q-Z

# ALLEGATO IL PROSSIMO MESE AD ALICE CUCINA

Per noi italiani la colazione è essenzialmente "questione" di dolce, anzi di dolci. Biscotti, cornetti, pane con la marmellata, una fetta di torta… accompagnati con caffè, caffelatte, cappuccino o tè, al limite (anche) una spremuta, sono il nostro modo più tipico di iniziare la giornata. Una tradizione alla quale difficilmente deroghiamo. Proprio alla colazione all'italiana, ai suoi dolci più tipici, è dedicato il prossimo Colore della cucina. Allegato come sempre al vostro magazine preferito, un volume supergoloso, ricco com'è di tante ricette irresistibili fra biscotti e ciambelline, brioches e maritozzi, torte e tortine e altre prelibatezze ancora. Insomma, una vera e propria gioia per gli occhi ma soprattutto per il palato: il Colore perfetto per dare alle vostre giornate quel giusto tocco di dolcezza in più.

**PRENOTALO SUBITO IN EDICOLA**
**A SOLI 4,40 EURO**
(oltre al prezzo di copertina)

# I MENU DEL Mese

## L'appetito vien mangiando



## Fusion all'italiana



## L'estate sta finendo… però

C'è un'isola in mezzo al mare
...fate un salto, veniteci a cercare

www.alice.tv

230
229
228
227
226
225
224
**223**
**222**
**221**

220
219

che piaccia o no
da noi la cucina è un piacere

9
8
7 LA 7
6 ITALIA 1
5 CANALE 5
4 RETE 4
3 RAI 3
2 RAI 2
1 RAI 1

Al.ma MEDIA
almamediaitalia.it